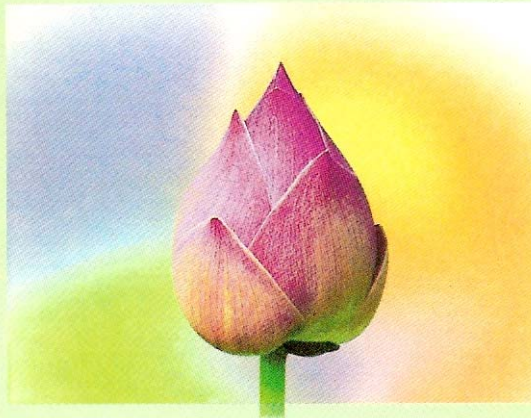


มรรคาแห่งชีวิตที่สดใส

# ผู้รักดีมีความสุข



ปัญญาในทวีกุ

ธรรมวัชระเพื่ออยู่กันด้วยความรัก

ผู้รักดี มีความสุข  
ธรรมชาติไว้เพื่ออยู่กันด้วยความรัก



เพื่อความสุขที่มวลมนุษย์ปรารถนา  
และเพื่อเป็นมรดกสู่การดำเนินชีวิตใหม่

## คำนำ



ทุกคนในโลก ไม่ว่าจะยากจนหรือว่าร่ำรวยจนล้นฟ้า ก็ล้วนแต่มีความปรารถนาที่จะเป็นคนดีด้วยกันทั้งนั้น การที่จะเป็นผู้ที่ได้ชื่อว่าเป็นผู้รักดีหรือคนดีนั้น ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ยาก แต่ก็ไม่ใช่เป็นสิ่งที่จะกระทำได้ง่าย ๆ เช่นกัน

การที่จะได้ชื่อว่าคนดีหรือผู้รักดีนั้น เราต้องมีความรัก ความเมตตาต่อเพื่อนมนุษย์ เรียกว่า....อยู่กันด้วยความรัก มีแต่ความปรารถนาดีต่อกัน เพราะทุกคนในโลกล้วนเกิดมาเพื่อช่วยเหลือ สร้างสรรค์กันและกัน หากกระทำได้นี้แล้ว ผลตอบแทนที่ได้รับ ก็มีแต่จะก่อให้เกิดความสุขความเจริญแก่ชีวิตของตัวผู้กระทำเอง แก่สังคม แก่ประเทศ และแก่โลกเป็นลำดับต่อมา

ธรรมสภามุ่งเป็นอย่างยิ่งที่จะมีส่วนร่วมในการสร้างคนดี และผู้รักดีพร้อมกับทุกท่าน เพื่อความสุขความเจริญของชีวิต ของสังคม ของประเทศชาติ และของโลกสืบไป

*ด้วยความสุจริต หวังดี*

*ธรรมสภา ปรารถนาให้โลกพบกับความสงบสุข*

## สารบัญ



|   |    |
|---|----|
| ผู้รักดีฉลาดทำกับความนึกคิด             | 1  |
| ผู้รักดีฉลาดในมนุษย์สัมพันธ์            | 4  |
| ผู้รักดีมีศิลปะในการปฏิบัติตัว          | 9  |
| ผู้รักดีซึ่งในโทษในการไม่ประหยัด        | 12 |
| ผู้รักดีมีวิธีรับธรรมะตอนสูงอายุ        | 14 |
| ผู้รักดีมีเคล็ดทำกับทนายาทโดยธรรม       | 17 |
| ผู้รักดีรู้ทำหน้าที่บุตร                | 20 |
| ผู้รักดีปฏิบัติถูกต้องในการรักษาชาติ    | 24 |
| ผู้รักดีรู้จักเป็นทั้งครูทั้งศิษย์ที่ดี | 27 |
| ผู้รักดีรู้ซึ่งคุณของธรรมะ              | 30 |
| ผู้รักดีตระหนักการพักจิตผ่องใจ          | 33 |
| ผู้รักดีใฝ่เจริญรอยอริยชน               | 36 |
| ผู้รักดีมีวิธีนึกคิดทำให้ไม่เป็นทุกข์   | 39 |
| ผู้รักดีทำใจเจริญวัย เจริญธรรม          | 42 |

ธรรมวัชระที่ ๑

ผู้รักดี

ฉลาดทำกับความนึกคิด

คนเราเวลามีความทุกข์ ถ้าคิดตรวใจดูให้ดีแล้วจะมองเห็นความจริง จะจับได้ ว่าที่ได้เป็นทุกข์นั้นเพราะอะไร ก็เพราะเราคิดแต่เรื่องนั้นเรื่องเดียว เรื่องที่จะทุกข์เรื่องเดียว เรื่องที่จะเป็นเหตุให้เกิดความไม่สบายใจ กลุ่มใจเพียงเรื่องเดียว เรื่องอื่นมีแต่เราไม่คิด คิดอยู่แต่เรื่องนั้น แล้วก็นั่งกลุ่มอกกลุ่มใจอยู่ตลอดเวลา ทำไมจึงกลุ่ม? ก็กำลังไปคิดถึงแต่เรื่องที่ทำให้กลุ่มนั่นเอง

อะไร ๆ ที่เกิดขึ้นในใจของคนเรานั้น มันเกิดจากความคิดของเราเอง ไม่ได้เกิดมาจากอะไรอื่น สิ่งอื่นภายนอกมันเป็นไปตามสภาวะของมัน สิ่งใดเกิดแล้ว เป็นแล้ว สิ่งนั้นก็มีการเปลี่ยนแปลง แล้วก็มีการแตกสลายไปในที่สุด ไม่ว่าอะไรเหมือนกันทั้งหมด

เราคงจะเคยไปเที่ยวเมืองเก่า เช่น อยุธยา ท่านไปเที่ยวที่อยุธยาท่านได้อะไรบ้าง? บางคนไปเที่ยวแล้วโกรธพม่าหัวพิတ်หัวเหวี่ยง โกรธนักหนา พมานี้มันใจร้าย มาทำลายกรุงศรีอยุธยา แล้วก็โกรธบางคนพูดว่า แฮ่ม! ถ้ากูพบพม่าตอนที่เดินชมกรุงศรีอยุธยา กูตีหัวมันแน่ ๆ คิดไปถึงขนาดนั้น ทำไมไม่คิดแง่อื่นบ้างในแง่ที่มันจะทำให้เกิดปัญญา ให้เกิดอะไรที่เป็นประโยชน์ในทางจิตใจ

คนเรามักไม่ค่อยนึกไปในแง่ให้เกิดปัญญา ไปคิดในแง่เราจะเสียบ้าง ในแง่โทษะบ้าง ในแง่โมหะบ้าง มักจะวนอยู่ในวงจรของกิเลส เพราะว่ามันชินทางให้กิเลสเกิดง่าย แต่ว่าปัญญานี้มันเกิดไม่บ่อย ถ้าเราทำให้เกิดปัญญาเสียบ้าง จิตใจก็จะคุ้นเคยกับเรื่องทางปัญญา เมื่อคุ้นกับเรื่องทางปัญญา มีอะไรเกิดขึ้น ปัญญา ก็จะแทรกโผล่มาทันทั่วทั้งที่ เช่น มาลอบโยนจิตใจเรา มาบอกเราว่าอย่างนั้นอย่างนี้ แล้วเราก็จะไม่มีอาการหลงผิด เข้าใจผิด ความทุกข์ ความเดือดร้อนที่จะเกิดขึ้นทางจิตใจนั้นก็บรรเทาหรือวอดลงไป อันนี้เพราะเราคิดได้ คือเราคิดอีกมุมหนึ่งได้

ขอให้คิดว่าโลกเรานี้ มีหลายมุมหลายเหลี่ยมที่เราจะมอง ถ้ามองไปด้านหนึ่งมันมีความกล้าใจ แล้วเราไปมองอยู่ทำไมที่ตรงนั้น คล้าย ๆ กับว่าหน้าต่างบ้านเราด้านหนึ่งเปิดไปแล้ว เห็นน้ำคลองเน่าเหม็น กลิ่นอับอวลไปทั้งหมด เราเปิดปั๊บมีกลิ่นเหม็น แล้วจะเปิดชมมันทำไมด้านนั้น ปิดมันเสีย แล้วก็ไปเปิดอีกด้านหนึ่ง อีกด้านหนึ่งนั้นเป็นสนามหญ้าเขียวสด มีต้นไม้ร่มรื่น พอเราเปิดมองไปก็สบายใจ เพราะได้เห็นสิ่งที่ทำให้เพลินใจเย็นตา เราก็ควรมองด้านนั้น ส่วนด้านที่มันเน่า มันเหม็น มันสกปรก มีน้ำครำ เราก็อย่าไปเปิด ปิดมันเสียเลย ไม่ต้องเปิดด้านนั้นต่อไป....อย่างนี้ก็สบาย

โลกเราหรือชีวิตของเรานั้น มันมีหลายเหลี่ยม หลายมุม หลายแง่ เราจะมองไปในแง่ไหนก็ได้ สิ่งต่าง ๆ ที่มันอยู่รอบ ๆ ตัวเรานั้น มีทั้งดี มีทั้งเสีย ถ้าเรามองเป็นอาจะเห็นความดีก็ได้ มองไม่เป็นอาจะเห็นแต่ความไม่ดีก็ได้ เพราะฉะนั้นคนบางคนมองอะไรแล้วมักจะเกิดกิเลส เช่น มองแล้วเกิด

ความโกรธ มองแล้วเกิดความเกลียด มองแล้วเกิดความริษยา อาฆาตพยาบาทจองเวร มีแต่เรื่องไม่ดีเกิดขึ้นในใจ แล้วก็นั่งกลุ้มอกกลุ้มใจด้วยประการต่าง ๆ อย่างนี้เรียกว่า มองในด้านร้าย มันไม่ถูกต้อง เราควรจะมองในด้านที่ถูกต้อง

ด้านที่ถูกต้องนั้นมองอย่างไร? คือมองให้รู้ว่าสิ่งนั้นคืออะไร สภาพความจริงของสิ่งนั้นมันเป็นอย่างไร อย่างนี้เรียกว่ามองในด้านความจริง ด้านลี้ลับ

พระพุทธศาสนาของเรานั้น ท่านสอนให้เราทำอะไร ๆ ตามที่มันเป็นจริง มีคำบาลีอยู่คำหนึ่งว่า “ยถาภูตญาณทัสนะ” หมายความว่า รู้เห็นสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง มองสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามที่เป็นอยู่จริง ถ้าเรามองเห็นสิ่งนั้นชัดตามที่มันเป็นอยู่จริง ๆ แล้ว มันก็ปกติ ไม่เกิดอะไร แต่เกิดปัญญา เกิดความเข้าใจในสิ่งนั้นอย่างถูกต้อง แล้วความวุ่นวายทางจิตใจก็ไม่มี ที่เกิดความวุ่นวายขึ้นนั้นก็เพราะว่าเรามองไม่ถูกความจริงของมัน ไปมองสิ่งที่เป็นมายา สิ่งที่ไม่ใช่ของจริง ของแท้ ไม่ได้ดูลงไปให้ลึกซึ้งถึงสิ่งนั้นว่ามันคืออะไร เนื้อแท้มันเป็นอย่างไร การมองอย่างนี้แหละทำให้เกิดเป็นปัญหา สร้างความทุกข์ ความเดือดร้อนด้วยประการต่าง ๆ

ที่นี้ปกติคนเรานั้นอยากจะอยู่อย่างเป็นทุกข์ หรืออยากจะอยู่อย่างเป็นสุข? คำว่า ความสุข ในที่นี้ให้หมายความถึงสงบจิตสงบใจอยู่ เพราะรู้อะไรตามความเป็นจริง เราก็อยู่อย่างมีความสุข ความสบาย ทุกคนต้องการอย่างนั้น เมื่อเราต้องการจะอยู่อย่างสงบสุข แล้วทำไมเราจึงไปคิดเรื่องให้มันมีความทุกข์ใจ คิดเรื่องให้เกิดความร้อนรุ่มร้อนใจ นั่งกลุ้มอกกลุ้มใจอยู่ด้วยเรื่องปัญหาเล็ก ๆ น้อย ๆ ซึ่งมันเกิดขึ้นในวิถีชีวิตของเรา อย่างนี้ก็เรียกว่า คิดเรื่องให้ตนเกิดความทุกข์เอง ไม่มีใครมาทำให้แก่เรา แต่เราทำให้แก่ตัวเราเอง การทำให้แก่ตัวเองก็คือว่า คิดเรื่องนั้นขึ้นมาในแง่ที่ไม่ถูกต้อง มองไม่ตรงตามสภาพที่เป็นจริง เลยเกิดปัญหาทำให้เกิดความกลุ้มอกกลุ้มใจด้วยประการต่าง ๆ

เรื่องบางเรื่องที่มันเกิดขึ้นในชีวิตของเรานั้นจบแล้ว พุดตามภาษานักการพนันก็ว่ามันเกมไปแล้ว แต่เราไม่ยอมให้มันเกม ยังเอามานั่งคิมนั่งนึกอยู่ตลอดเวลา เห็นอะไรก็คิดไปในแง่ทุกข์ทั้งนั้น เช่น เห็นข้าวของเครื่องใช้ไม่สอยอะไร ๆ ต่าง ๆ ของคนที่จากไปเคยใช้สอย มองแล้วก็ห่อเหี่ยวใจ ทำให้เกิดความทุกข์ขึ้นมาในจิตใจ อย่างนั้นก็เพราะว่าไม่มองให้มันรู้ชัดตามสภาพที่เป็นจริง จึงได้เกิดอารมณ์เช่นนั้น เพราะฉะนั้น ถ้าใครไม่อยากจะนั่งเป็นทุกข์ ไม่อยากจะเดือดเนื้อร้อนใจ มีอะไรเกิดขึ้นในชีวิตของเรา เราก็ต้องหัดคิดไปในแง่ธรรมะ

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๘/๒๕๒๑

อ ร ร ม วั ช ะ ที่ ๒

ผู้รักดี

ฉลาดในมนุษย์สัมพันธ์



ปัญหาอาจจะเกิดขึ้นว่า เราจะปฏิบัติธรรมอะไร เราจึงจะอยู่กันด้วยความสุขความสบาย ตามสมควรแก่ฐานะ ธรรมที่เราควรจะนำมาเป็นหลักปฏิบัตินั้นมีมาก แต่ว่าในเบื้องต้นที่เราควรจะใช้ก่อนอะไรทั้งหมดนี้ คือเราจะต้องอยู่ด้วยกันด้วยความเมตตาปรานีต่อกัน อยู่กันด้วยความเห็นอกเห็นใจกัน อันนี้เป็นคุณธรรมขั้นแรก ขั้นพื้นฐานที่มีให้เราทั้งหลายปฏิบัติ

ญาติโยมทั้งหลายเคยรับศีลกันบ่อย ๆ รับศีลห้า ศีล 5 ข้อ เรารับข้อแรกว่า จะไม่ฆ่าใคร ไม่เบียดเบียนใคร ไม่ทำใครให้เจ็บปวด เดือดร้อน แล้วข้อต่อไปว่า จะไม่ลักลวงเอาของใคร ๆ ไม่ฉ้อฉลเอาไรต์เอาเปรียบใครในเรื่องการทำมาหากิน การเอารัดเอาเปรียบกันนั้นก็ผิดศีลเหมือนกัน เช่น คนค้าขายเอากำไรเกินควร การกักตุนสินค้า มันก็อยู่ในการผิดศีลข้อสอง นั่นเรียกว่าเอาของเขาชนิดที่เขาไม่ให้ เพราะว่าการกระทำข้อสองนั่นเรียกว่า เอาของเขาชนิดที่เขาไม่ให้ เพราะว่าการกระทำเช่นนั้นทำให้เพื่อนมนุษย์ได้รับความทุกข์ความเดือดร้อน

แล้วศีลข้อที่รับต่อไป คือจะไม่ล่วงเกินในของรักของชอบใจของใคร ๆ เคารพกรรมสิทธิ์ในสิ่งรักของคนอื่น ของใครก็ของใคร เราไม่ล่วงเกินแก่กัน ศีลข้อที่เรารับต่อไปคือ เราจะอยู่ด้วยการพูดคำอ่อนหวาน สมนามาคดี มีประโยชน์ จะไม่พูดโกหกหลอกลวงใคร ไม่เขียนอะไรหลอกลวงใครด้วย ข้อนี้มันกินความถึงการเขียนด้วยเหมือนกัน ถ้าเขียนแทนพูด อย่างนี้เรียกว่าไม่ถือศีลข้อที่สี่ ส่วนศีลข้อที่ห้า นั้น เรารับไว้เพื่อรักษาสติสัมปชัญญะให้คงที่ ไม่ให้สติเลอะเลือนไปจากจิตใจ คนเราเมื่อสติสัมปชัญญะไปจากจิตใจของเราแล้ว ก็เรียกว่าความเป็นมนุษย์น้อยไป เราก็มีแต่เรื่องวุ่นวายก่อนความสับสนกันด้วยประการ ต่าง ๆ

ในเรื่องศีลที่เราเข้าไปปฏิบัตินั้นจะเห็นได้ว่า ข้อหนึ่ง ข้อสอง ข้อสาม ก็อยู่ในเรื่องเมตตาปรานีต่อกันนั่นเอง ถ้าเรามีใจประกอบด้วยเมตตาปรานี เห็นอกเห็นใจเรา ไม่เห็นแต่อกเราคนเดียว ต้องเห็นอกเขาด้วย ไม่เอาแต่ใจเราผู้เดียว ต้องเอาใจผู้อื่นบ้าง ให้รู้ว่าเขากับเราต่างมีจิตใจเหมือนกัน รักความสุขเหมือนกันเกลียดความทุกข์เหมือนกัน อะไรที่เราไม่พอใจ ไม่พึงใจ คนอื่นเขาก็ไม่พอใจ ไม่พึงใจในสิ่งนั้น การปฏิบัติต่อกันอย่างชนิดง่าย ๆ ธรรมดาสามัญก็อยู่ตรงนี้ อยู่ตรงที่ว่า เห็นอกเห็นใจเรา ไม่เอารัดเอาเปรียบใคร ไม่ข่มเหงใคร ไม่ทำใครให้เกิดปัญหาได้ความทุกข์ความเดือดร้อน ด้วยประการต่าง ๆ อย่างนี้เรียกว่า มีใจประกอบด้วยคุณธรรม ก็อยู่กันด้วยความสงบเรียบร้อย สัมพันธกับเพื่อนมนุษย์ด้วยดี

สมมติว่าเราเป็นคนมีทุนประกอบการงาน แล้วมีคนทำงานกับเรานั้นสักกี่คนก็ตาม เราผู้เป็นนายจ้าง เป็นผู้มีคุณธรรมประจำจิตใจ ก็ไม่คิดเอารัดเอาเปรียบคนที่เป็ลลูกจ้างของเรา เราเห็นใจเขาในการทำงาน เราเองก็คิดว่าเราจะอยู่คนเดียวไม่ได้ แม้เรามีสตางค์เราก็ทำอะไรไม่ได้ ถ้าไม่มีคนอื่นมา

ร่วมงานกับเรา มีนายทุนแต่ไม่มีกรรมกรจะทำอะไรได้ มีนายจ้างแต่ไม่มีลูกจ้างจะทำอะไรได้ โลกนี้คนทุกคนเท่ากันไม่ได้ มันต้องมีคนมั่งมี ต้องมีคนยากจน มีคนโง่ มีคนฉลาด มีคนแข็งแรง มีคนอ่อนแอ สภาพสังคมมันเป็นอย่างนั้น เราจะปรับให้มันเท่ากันไม่ได้หรอก จะไปปรับคนมั่งมีให้มาเท่ากับคนจนก็ไม่ได้ ปรับคนฉลาดให้มาเท่ากับคนโง่ก็ไม่ได้ ปรับคนแข็งแรงให้มาเท่ากับคนอ่อนแอ มันผิดธรรมชาติ ไม่ใช่เรื่องที่ใครจะทำได้ เราทำอย่างนั้นไม่ได้ แต่ว่าเราปรับทางจิตใจกันได้ ปรับจิตใจให้โอนอ่อนเข้าหากัน ผ่อนสั้นผ่อนยาวเข้าหากัน ไม่อยู่กันด้วยน้ำใจเหี้ยมเกรียม บั่นหน้ายักษ์หน้ามารเข้าใส่กัน ไม่ใช่ยักษ์วัดโพธิ์ ยักษ์วัดแจ้ง ข้ามมาตีกันที่ท่าเตียน แล้วทำให้ทำนั้นมันเดียนไปอย่างนั้นมันไม่ได้ อยู่กันแบบนั้น มันก็วุ่นวายเดือดร้อน เราจะต้องอยู่กันแบบที่ว่า หน้ามนุษย์กับหน้ามนุษย์เจอกัน ถ้าเป็นหนังตะลุงเขาเรียกว่ามนุษย์กับมนุษย์มาเจอกัน ยักษ์กับยักษ์เจอกันไม่ค่อยได้เรื่อง มันไม่มีธรรมะ มันก็ต้องทะเลาะกัน ตีกัน แทะกัน นั่นเพราะขาดคุณธรรม

เราอยู่ด้วยกันต้องเห็นอกเห็นใจกัน ใช้ธรรมประกอบในการทำงาน เช่นว่า เคนเขาทำงานเหนื่อย ๆ เราก็ต้องเห็นใจว่าเหน็ดเหนื่อย พุดจาอ่อนหวานกับเขา แสดงน้ำใจ มีอะไรก็ให้เขากินเขาใช้ ให้เขาได้พัก ได้ผ่อนตามสมควร ปีหนึ่งเดือนหนึ่งทำงานทำการมาพอสมควรแล้ว คิดบัญชีบัญชีเสร็จแล้วมีกำไรเท่าไรเท่าไร เราก็คิดว่า กำไรนี้เราทำคนเดียวไม่ได้ แต่ทุกคนช่วยกันจัดทำขึ้น เราก็ควรเปิดเผยรายรับรายจ่ายให้รู้ว่า นี่แหละที่รวมทำกันมาอย่างพื่ออย่างน้องตลอดปีมันก็ได้กำไรเท่าไร ก็ขอแบ่งให้แก่พวกเราทุก ๆ คนบ้าง เพื่อจะได้เอาไปกินไปใช้ แล้วก็แบ่งไว้สำหรับลงทุนต่อไป เพื่อจะได้ขยายงานให้มันกว้างต่อไป อยู่กันอย่างเปิดเผย เห็นอกเห็นใจ คนที่เป็นลูกจ้าง เราก็คงจะไม่ใจเหี้ยมใจโหดหรอก ถ้าผู้เป็นนายก็ลงมา เขาก็แหงนหน้าขึ้นหา ตาต่อตามันก็เจอกันตรงกลางนั่นแหละ เรียกว่าเราก็มองหน้าหน้าหน้าเขาเงยขึ้นไปหน่อยก็พบกัน แต่ถ้าเราเมินไปทางโน้น เขาก็เมินไปทางนู้น มันไม่มีทางจะเจอกันเลย คนเราถ้าไม่ได้ยิ้มเข้าหากัน แล้วมันก็ตั้งหน้าเป็นศัตรูกันมุ่งร้ายต่อกัน เอาไรดเอาเปรียบกัน เช่น ผู้นำ้อยทำงานเอาไรดเอาเปรียบนายทางเวลา ทางภาระงาน หาโอกาสลักเล็กลักน้อย ซ่อนนั่นซ่อนนี่ อะไรพอซ่อนได้ก็ซ่อนไป ซ่อนที่ชายผ้าบาง กระเป๋าบ้าง อะไรเล็ก ๆ น้อย ๆ นั่นก็เพราะเหตุว่านายก็เอาเปรียบลูกจ้างก็เอาเปรียบบ้างเหมือนกัน เรียกว่ามันพอกคู่กัน เข้ากันได้ในรูปแบบอย่างนั้น พอสมน้ำสมเนื้อกันในด้านเสีย ไม่ใช่สมกันแล้วเกิดความดี

สำหรับนายเราต้องแผ่ความดีให้แก่เขา มันเป็นหน้าที่ของเรา ผู้เป็นนายจะต้องทำความเข้าใจกับผู้ที่มาอยู่กับเรา เริ่มต้นก็ทำความเข้าใจกันเสียก่อน ให้ทุกคนที่มาอยู่นั้นเหมือนกับว่า เป็นคนอยู่ในครอบครัวเดียวกัน มาร่วมสังคมางานการด้วยกัน รับผิดชอบร่วมกันในหน้าที่การงาน อย่าถือว่าเป็นงานของฉัน เป็นงานของคนนั้นคนนี่ แต่ให้ถือว่าเป็นงานของเราทุกคน เรามาลงเรือลำเดียวกันทุกคนมีหน้าที่ต้องช่วยกันถ่อ ช่วยกันพาย ช่วยกันถือท้าย ช่วยกันถือหัว ช่วยกันวิดน้ำ ช่วยกันอุดรูรั่ว เพื่อให้เรื่อนั้นไปถึงปลายทางได้เรียบร้อย จะมาเกี่ยวกกันไม่ได้ ถ้าขึ้นเกี่ยวกกัน เรือไม่เดิน เรือล่ม ผลที่สุดเราก็จมน้ำตาย

ในวงงานก็เหมือนกัน เรามาทำงานร่วมกัน ถ้างานอยู่เราก็อยู่ งานไม่มีเราจะอยู่กันได้อย่างไร เช่น งานล้ม ไม่ใช่ล้มแต่ฉันทัน เธอก็ล้มด้วยเหมือนกัน เพราะเธอไม่มีงานทำต่อไป ที่นี้เราช่วยกันอย่าให้ งานมันล้มมันจม ให้ถือว่าเราทุกคนเป็นคณะเดียวกัน มาร่วมลงเรือลำเดียวกัน มีอะไรก็ช่วยกันคิด ช่วยกันทำ ช่วยกันรักษาผลประโยชน์อันจะเกิดขึ้นเป็นส่วนรวม แล้วเราก็ค่อยจัดการแบ่งกันเวลาสิ้นปี อย่างนี้ก็อยู่กันเรียบร้อยเพราะว่ามีคุณธรรมเข้าไปเป็นเครื่องประสานระหว่างนายจ้างกับลูกจ้าง คนก็ อยู่กันด้วยความสุข ความสงบ ไม่มีปัญหา ไม่ก่อการุ่นวาย มีแต่เรื่องความเห็นอกเห็นใจกัน

เวลาใดคนมันไม่สบาย เจ็บไข้ได้ป่วย เราต้องดูแลรักษา อันนี้ไม่ต้องอาศัยกฎหมายอะไร อาศัย คุณธรรมเท่านั้นพอ คนไทยเราโบราณก็อย่างนั้น คนในบ้านเจ็บไข้ได้ป่วยก็ดูแลรักษา ไม่มีโรงพยาบาล สมัยก่อนก็ไปหาหมอ หายาต้มให้กิน ทำกันไปตามเรื่อง รักษาดูแลประคบประหมักกันไปจนกว่าจะหาย หายแล้วก็ได้ทำงานร่วมกันต่อไป อย่างนี้มันเกิดความเห็นอกเห็นใจ มนุษย์เรา ถ้าเราแสดงความรักต่อ เขา เขาไม่เกลียดเราแน่ ๆ แต่ถ้าเราแสดงความเกลียดต่อเขา ผลก็คือความเกลียดตอบนั่นเอง มันเป็นเรื่องธรรมดา เราอึดกับเขา เขาก็ต้องอึดกับเรา เราบั่นหน้ายักใส่เขา เขาก็บั่นได้เหมือนกัน เขาจะบั่น เข้มแข็ง เขาจะบั่นได้ใหญ่กว่าเราเสียอีก ที่นี้ยักย่องตัวก็ถือตะบองเข้าหากัน ฟาดกัน เกิดเป็นปัญหาขึ้น ในวงการงาน เกิดความเสียหายต่อกัน บริษัทใดก็ตาม องค์การห้างร้านใดก็ตาม ถ้าอยู่กันด้วยธรรมะ มีแต่ความเจริญก้าวหน้า แต่ถ้าอยู่กันด้วยความไม่เป็นธรรม เอาจัดเอาเปรียบกันทุกวิถีทาง เขาเรียกว่า เค็มเข้าใส่กัน ต่างคนต่างก็เค็มเข้าใส่กัน เมื่อต่างคนต่างเค็มแล้ว มันไม่ได้เรื่องอะไร เสียหาย เกิดความ ทุกข์ความเดือดร้อน แต่หากเราเอาใจใส่ต่อกันในทางที่ถูกที่ชอบแล้ว เรื่องทั้งหลายก็จะดีขึ้น ถ้าวุ่น ขุ่นทุกวิถีทาง อันนี้คือการใช้ธรรมะต่อกัน ไม่เฉพาะแต่นายจ้างลูกน้องเท่านั้น

ไม่ว่าในสถานที่ใด ในเรื่องอะไร ถ้าใช้ธรรมะแล้วเรื่องมันก็เรียบร้อย เช่น จราจรคับคั่ง ถ้า คนขับรถทุกคนใช้ธรรมะ ผ่อนผันสัณยวาทกัน ไม่ใช่เราอยากไปคนเดียว คนอื่นเขาก็อยากไปเหมือนกัน มี อะไรนิดอะไรหน่อยก็ค่อยแบ่งกัน ถนนมันคับแคบ แบ่งกันเดินคนละนิดละหน่อย ใครแซงขึ้นไป คุณ อยากไปก่อนไป ผมจะอยู่ข้างหลัง ค่อยผ่อนผันกันไปอย่างนั้น ไม่แข่งดีกัน แข่งดีนั้นคือแข่งกิเลสกัน เอา ความชั่วออกมาแข่งกัน แกทำได้ข้าก็ทำได้ อันนี้ไม่ได้ช่วยให้สังคมดีขึ้น เพราะว่าต่างคนต่างช่วยกันทำ ชั่ว เมื่อคนนั้นทำได้ กูก็ทำได้ คนนั้นโกงได้ ข้าก็โกงได้ คนนั้นเอาเปรียบได้ ข้าก็เอาเปรียบได้เหมือนกัน อย่างนี้ก็เหมือนกับว่าชวนกันเอาสิ่งสกปรกมาทาเข้าที่ตัวของทุกฝ่าย กลายเป็นคนสกปรกกันไปหมด มันก็ก่อเหตุและเป็นปัญหา

ผู้มีธรรมะประจำใจนั้นเขาถือหลักว่า คนอื่นจะทำชั่วเราไม่ทำชั่ว คนอื่นจะทำอะไรไม่เป็นธรรม เราจะไม่เอาอย่าง เราจะใช้ของดีตอบโต้กับของชั่ว ให้ทำตัวเหมือนกับไม้จันทร์หอม ไม้จันทน์หอม นั้นยิ่งทุบมันยิ่งหอม เราทุบลงไปกลิ่นของมันกระจายออกมา ทุบทุกที่หอมทุกที่ ไม่เหม็นแก่ใคร ๆ เป็นอันขาด คนเราก็ควรจะอยู่อย่างนั้น เรียกว่าทำจิตใจให้มันคงอยู่ในคุณงามความดี มีความเมตตาปราณีต่อกันและกัน หันหน้าเข้าหากัน เกื้อกูลกันในทางที่ถูกที่ชอบ

ในวันหนึ่ง ๆ ของชีวิตเรา เราควรจะวางความคิดไว้ว่า เรามีอะไรที่จะทำให้เป็นประโยชน์แก่ใครได้บ้าง ในวันนี้ในทุกที่ทุกแห่ง นั่งที่ไหน ยืนที่ไหน ให้มีความคิดประจำใจว่า ฉันมีอะไรที่จะทำให้เป็นประโยชน์แก่คนอื่นได้บ้าง หรือว่าจะรับใช้อะไรแก่ใครได้บ้าง ให้คิดไว้อย่างนี้บ่อย ๆ ทั่วหน้ากัน แล้วญาติโยมก็จะเห็นว่ารอบตัวเรานั้นดีขึ้น เช่น เรานั่งแล้วคิดว่า คนอื่นเขาจะได้นั่งหรือเปล่า เราขึ้นแล้วคนอื่นเขามีที่ขึ้นหรือเปล่า เรากินแล้วคนอื่นมีอะไรกินหรือเปล่า เราสบายแล้วคนอื่นเขาได้รับความสบายกันหรือเปล่า อย่าเป็นคนไม่ยอมมองดูใคร มันก็ไม่ได้ เหมือนกับคนโบราณว่าได้ข้าวหม้อน้อยวางอยู่หว่างขา ก้มหน้าก้มตากินอยู่คนเดียว ไม่มองใครแม้ใครจะยื่นมอง กินด้วยความทุกข์ กินเพราะกลัวคนอื่นจะมาแย่งเอา แต่ถ้าเรามีอะไรกิน แบ่งกันกินคนละนิดละหน่อย กินกันด้วยอารมณ์สบาย ***“การให้มันเป็นบ่อเกิดแห่งความสุข การเอารัดเอาเปรียบ มันเป็นบ่อเกิดแห่งความทุกข์ความเดือดร้อน”***

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๙/๒๕๒๑

ธรรมวัชระที่ ๓

ผู้รักดี

มีศิลปะในการปฏิบัติตัว

พระพุทธองค์ท่านสอนว่า **ได้เห็น ได้ยิน ได้สัมผัส ได้จับ ได้ต้อง สิ่งใด มีอะไรเกิดขึ้นในใจของเรา เรื่องใด เราจะต้องคิดแยกแยะวิจัยออกไปว่า สิ่งนี้คืออะไร มันมาจากอะไร ให้คุณให้โทษอย่างไร จะทำให้เกิดประโยชน์ทางธรรมอย่างไร มันให้ร้อนใจหรือให้เย็นที่ใจอย่างไร สงบหรือวุ่นวาย เหล่านี้ต้องพิจารณา** ถ้าเราได้พิจารณาทุกครั้งที่มีอะไรเกิดขึ้นแก่ตัวเราอยู่อย่างนี้ เราจะเป็นคนฉลาดขึ้น มีความรู้ในเรื่องชีวิตมากขึ้น เมื่อมีความรู้ในเรื่องชีวิตมาก ๆ อะไรมากระทบเราก็เฉยได้ เราไม่โยกโคลงหัวนไหวกับสิ่งเหล่านั้น คือไม่ยินดีในสิ่งที่น่าพอใจ ไม่ยินร้ายในสิ่งที่ไม่น่าพอใจ แต่เราสามารถเป็นผู้คนที่ จิตใจเป็นปกติไม่ขึ้น ไม่ลง นั่นแหละคือ จุดหมายสำคัญของการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับธรรมะ

จะอยู่ในสังขมโลก หรือจะอยู่คนเดียว ณ ที่ไหนก็ตาม ถ้าจิตของเราไม่ขึ้นไม่ลงกับอารมณ์ที่มากระทบ นั่นแหละเราอยู่รอดจุดหมายของการปฏิบัติขั้นใด ไม่ว่าจะเป็นให้ทาน การปฏิบัติศีล การเจริญภาวนาก็มีจุดหมายใหญ่สำคัญอยู่ที่ตรงนี้ ตรงที่ควบคุมตัวเอง ไม่ยินดียินร้าย เราอยู่ในสภาพที่เรียกว่าปกติ

บางคนอาจจะนึกว่าถ้าเราอยู่อย่างสงบ การงานมันจะเป็นไปโดยเรียบร้อยไม่ได้ ไม่ดูบ้างก็ไม่ได้ ไม่ว่าเสียบ้างคนนั้นคนนั้นงานมันจะเสีย ในกรณีเช่นนี้เขาไม่ใช่เขาไม่ให้ดูด่าว่าใคร แต่ให้เราดูโดยใจที่ไม่ต้องโกรธ ขอให้ฟังให้ดี เราจะดูจะว่าอะไรให้ใครโดยใจไม่ต้องไปโกรธเคือง ก็ได้ทำอย่างนั้นงานมันก็ไม่เสีย ข้อสำคัญอย่าดูด่าด้วยความจริงใจจะเรียกว่าเป็นการแสดงละครก็ยังได้

เมื่ออธิบดีผู้เอาการเอางานคนหนึ่ง มาปรารภความทุกข์ในงานว่า ผมเวลานี้ความโลภมากอยากได้มันก็ไม่มีอะไรแล้ว เพราะว่าทรัพย์สินสมบัติก็พอมิ ไม่มีลูกมีเต้า ไม่จำเป็นต้องวิ่งเต้นอะไรนักหนา งานการก็ทำกันอย่างเต็มที่ แต่มีเรื่องเดียวคือ เรื่องโกรธมันยังแรงอยู่ แล้วก็ไม่ใช่ไปโกรธใครที่ไหน โกรธลูกน้องนั่นแหละ มันทำไมถูกผมโกรธนัก ถ้ามันไม่รู้ผมไม่โกรธ ผมสอนให้ทำ ผมเป็นคนชอบสอนคนให้ทำงาน แต่นี่โกรธเพราะเขาทำผิดทั้งรู้ ๆ นี่ผมโกรธนักหนา พอโกรธด่าเขาทีไร ผมเจ็บทุกที ไม่สบายจะอย่างไรดีเจ้าคุณ? ก็บอกว่า อ้าว....ก็อย่าไปด่าให้มันเป็นทุกข์ซี ให้เขาด่าโดยไม่เป็นทุกข์ ว่าเขาโดยไม่ให้เราเป็นทุกข์นั้นทำอย่างไร ก็คืออย่าทำไปด้วยอารมณ์ซี แต่ว่าทำด้วยใจที่รู้ตัว ใจที่เย็น ๆ ทำด้วยความรู้เท่ารู้ทัน ว่าเรากำลังปฏิบัติงานอีกตอนหนึ่ง คือตอนด่าไปโดยเพียงปากว่า ใจนั้นไม่มีอะไรเพียงเพื่อให้งานมันเป็นไปด้วยดี งานการไม่เสีย และผลทางราชการก็ไม่ตกเรียเสียหาย มันก็เป็นการทำหน้าที่เหมือนกัน

“ปากอย่าง – ใจอย่าง” นั้นมันมีทั้งทำด้วยกิเลส และทำด้วยปัญญา เช่น ในกรณีดูดำต่อว่า เพื่อให้งานมันเดินไปด้วยดีนี้ เราต้องทำด้วยความรู้เท่ารู้ทันว่า เรากำลังทำอะไร เราก็กำลังทำงานอีกอย่างหนึ่ง ตอนนี้งานดูดำ เพื่อผลงานที่เราอุตส่าห์ทำมาหลายชั้นหลายตอนแล้วนั้นเหมือนกัน ต้องทำให้เป็นแต่เพียงปากว่า ใจนั้นไม่มีอะไรยึดถือเอาจริง ๆ ใจกับปากอย่าให้มันตรงกัน

ในเรื่องนี้ จะแสดงหน้าตาทำทางก็ได้ แต่ว่าเนื้อแท้ไม่มีอะไรในใจ อย่างนี้เขาเรียกว่า เราแต่งโกรธ ไม่ใช่ความโกรธมันแต่งเรา ถ้าเราแต่งโกรธ มันก็ไม่ได้ดริ้น เพราะเรากำลังปฏิบัติธรรม เอางานตอนนั้นแหละเป็นธรรมะสำหรับเราปฏิบัติ แต่ถ้าความโกรธแต่งเราแล้ว เราก็จะเป็นยักษ์วัดพระแก้วทีเดียว เขี้ยวออกมานอกปาก คำรามออกมา ถือไม้กระบองจะฟันกระبانใครต่อใคร ไม่ว่าหน้าไหน

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๑๐/๒๕๒๑

ธรรมวัชระที่ ๔

ผู้รักดี

ซึ่งในโทษการไม่ประหัยด



การไม่ประหยัต์มีผลเป็นโทษบาป ทั้งแก่ตัวผู้หนึ่งเอง ทั้งแก่ผู้อื่น และแก่สังคมส่วนรวม

### โทษบาปตกแก่ตัวเอง

1. เสียนิสัย เอนไปข้างติดสะดวกและจะมากขึ้น ๆ
2. ลั่นเปลือง ต้องลำบากหาเพื่อจะมาเปลือง มีโอกาสขาดแคลนก่อนคนอื่น
3. คราวไม่ได้อย่างที่เคยได้ จะทุกข์สาหัสสากรรจ์กว่าคนอื่น
4. จะฝึกคุณธรรมระดับอื่น ๆ ได้ยาก เพราะยังไม่มีปัญญาพื้นฐาน คือ ฉลาดประหยัต์ทุกทาง
5. เชื่อว่าขาดปัญญาในข้อไม่รักผู้อื่น มีแต่เพราะความเห็นแก่ตัวยิ่ง ๆ ขึ้น
6. เชื่อว่าทำตรงข้ามกับการสร้างฐานะ เลยไม่มีโอกาสให้ทาน เผลยสุขแก่ผู้อื่น
7. ห่างไกลต่อการที่จะรู้ศิลปะการมีชีวิต และใช้ชีวิตที่ถูกธรรม

### โทษบาปตกแก่ผู้อื่น

1. คนอื่นที่ยังโง่ ย่อมเห็นตัวอย่างที่ผิด ๆ ฉวยนึกว่านั่นดี นั่นธรรมดา
2. ถูกแย่งสิ่งที่จะมาใช้สอยในการเป็นอยู่ แต่ละคนต่างขาดแคลนเร็วกว่าปกติ
3. จำต้องจัดหาโดยต้องสุ้ราคาอันสูง สะเทือนต่อ ๆ กันไป เหมือนไล่ลูกซ่อง
4. คนอื่นเป็นฝ่ายถูกยั้วกิเลสที่มีเป็นทุนประทุ หมดความยับยั้ง

### โทษบาปตกแก่ส่วนรวม

1. เชื่อว่าสร้างค่านิยมหรือมาตรฐานผิด ๆ ทำให้ใคร ๆ ต้องทำตามนั้น เลยพากันลำบากทุกฝ่าย
2. ทรัพยากรของชาติ ของโลก ร่อยหรอหมดสิ้น ไม่พอเฉลี่ย
3. รัฐพลอยมีงานด้านผลิต ด้านคั่นเอามาสนอง แทนที่ไปทำเรื่องสำคัญอื่น
4. เกิดแตกแยกในสังคม ตัวใครตัวมัน เลยกักตุน ไม่เจือจุน ชิงกันตกรอก
5. เกิดลัทธิที่เสนอความคิดว่าจะมาใช้แก้ไขโลก ตามประสาโลก ๆ

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๑๓/๒๕๒๓

ค ร ร ม วั ช ะ ที่ ๕

ผู้รักดี

มีวิธีรับธรรมะตอนสูงอายุ

ในอินเดียยุคปัจจุบัน เมื่อก่อนยังมีคนแก่อยู่มากหนึ่ง ชื่อ เซอร์ ระพินทรนาถกูร เป็นหัวหน้า ท่านผู้นี้เป็นนักปราชญ์ และเป็นนักเขียน นักประพันธ์ มีความรู้มาก พอแก่ตัวลงท่านก็เบื่อเมืองกัลกัตตาเต็มที เพราะว่ามันจอบแจ พลุพล่าน หนวกหู ท่านก็เลยออกจากเมืองไปร้อยไมล์ ไปที่ตำบลหนึ่ง ได้ชื่อที่หลังว่า “ศานตินิเกตัน” คือครั้งแรกก็ประสงค์ออกไปอยู่ในที่สงบอย่างเงียบ ๆ หาความสบาย แล้วเพื่อนฝูงมิตรสหายก็ไปอยู่ร่วมกันหลายคน เมื่อมาอยู่กันหลายคน ก็นึกกันว่าเรานี้มีความรู้มากทั้งนั้น ควรจะทำประโยชน์แก่เด็ก ๆ โดยพากันทำสถานที่นั้นเป็นแหล่งให้วิชาเป็นทาน เลยเปิดการสอนเด็กขึ้นตามร่มไม้ ไม่ต้องมีอาคารก่อสร้างอะไรมากมายนัก ไม่ต้องมีการใช้จ่ายมาก ทำกันและอยู่กันตามธรรมชาติ สอนก็สอนตามสบาย ไม่ต้องวางแผนตารางสอนเวลานั้นเวลานี้ เรียนตามสบาย ราชสวดกไม่มีข้อผูกมัดรัดรั้งจิตใจที่อิสระแต่อย่างใด

สอนไป-สอนไป คนค่อยมากขึ้น จนกลายมาเป็นโรงเรียน กลายเป็นวิทยาลัย และกลายมาเป็นมหาวิทยาลัย มาจนกระทั่งบัดนี้ นั่นก็คืองานริเริ่มของคนแก่ ที่รู้จักทำงาน เรียกได้ว่ามีมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียงของโลกแห่งหนึ่ง เกิดขึ้นที่อินเดียเวลานี้ เป็นผลจากงานอดิเรกของคนแก่ทั้งนั้น

ฉะนั้นจะเห็นได้ว่า งานของคนแก่นี้ก็ไม่ใช้เรื่องย่อย ถ้าจัดทำให้ดี ไม่ผูกมัดให้ต้องกระทำจนทำไม่ไหว ก็น่าคิดเพราะคนปุนนี่ร่างกายมันไปไม่ไหว ชี้อายุขัยสั้น นึกอะไรก็ไม่ค่อยจะทันทั่วที่ไม่ค่อยลงตัว จะเดินจะเหินมันก็แก้งก้างแล้ว งานที่หนักเป็นภาระมากก็ไม่ควร ควรปล่อยให้คนหนุ่มเขา เราเป็นเพียงผู้ให้คำแนะนำได้ ใครจะมาปรึกษาอะไรก็ได้ เอาเพียงเท่านั้นแล้วก็จะสบาย ถ้าเราฝันไปแบภาระเข้าจะเสียคนเมื่อแก่ ดีมาเยอะแล้วมาเสียคนตอนแก่ เข้าคำโบราณว่า “เรือล่มเมื่อจอด ตาบอดเมื่อแก่” มันเสียหายมาถึงทำแล้วมาล้มเสีย มันก็เสียหายได้ มาได้ตั้งไกล ๆ มาถึงที่จะจอดอยู่แล้ว กลับมาล้มเสีย สิ้นค่าเสียหายยับยั้ง ตาดีมาตลอด พอแก่ตัว ตาก็บอด ทำให้ไปไหนไม่ได้ นั่งคล้อยอยู่กับที่ลำบาก เราอยู่อย่างเป็นตัวอย่างแก่ลูกหลาน แก่คนที่รู้จักมักจี่ ใครเข้าใกล้เราก็แนะนำเพราะมีความรู้มีประสบการณ์ มีอะไรเราก็แนะนำให้สอนให้ เพื่อคนเหล่านั้นจะได้เอาไปใช้ในชีวิตต่อไป หน้าที่มันมีอย่างนี้

คนโบราณเขาจึงแบ่งไว้ว่าตอนเด็กเรียน เมื่อจบแล้วก็ครอบบ้านครองเรือน ทำหน้าที่ พอแก่ตัวลงต้องออกไป คนปุนนี่เป็นพวกสันยาสี หมายความว่าไปอยู่สงบ ๆ เข้าวัดเข้าวา ถือศีลกินเพล ถือข้างความสงบด้านจิตใจ เหมือนญาติโยมที่หมั่นมาวัดมาฟังธรรม ก็เรียกได้ว่ามาหาความสงบ มาทำจิตใจให้สบายไปในรูปธรรมะ ศีกษารธรรม มองความจริงของสิ่งทั้งหลายตามสภาพที่เป็นจริง โดยไม่ก่อปัญหา ไม่เป็นผู้มีปัญหาทางจิต อย่าเป็นคนแก่ที่ต้องนั่งเป็นทุกข์ อย่าเป็นคนแก่ที่ลูกหลานเอือมระอารำคาญ เพราะเรามีโรคทางจิตใจ ต้องพร้อมที่จะเบิกบานเต็มที่

เราต้องเป็นคนแก่ที่เรียกว่าสดชื่น เบิกบานแบบคนแก่ ความสดชื่นแบบคนแก่นั้นหมายความว่า มีใจสงบไม่่วนวายสับสน ไม่ซีไกรธ ใจร้อนใจเร็ว จัดความเป็นอยู่ของตัวเองให้กินอยู่อย่างง่าย เขามีอะไรให้กินก็กินได้ นึกว่าเราก็คือพระเวลานี้ เขาแกลงเสียงมาให้ก็นึกว่า เออดี...มันคล่องคอลูกเอ๋ย ถ้ามีแกงเผ็ดก็ทำความรู้สึกมีรสมีชาติ อะไรมาเฉพาะหน้าก็ว่าดีมันทั้งนั้น รู้จักจัดตัวเองให้สมคล้องกับสถานการณ์และภาวะการณ์ อย่าไปบ่น อย่าไปจู้จี้ให้เด็กรำคาญ อย่างนี้ก็เป็นทีสบายใจกันทุกฝ่าย มีอะไรก็สบายไม่ยุ่งยากลำบากเดือดร้อน อยู่ให้จิตใจสดชื่นด้วยสิ่งที่อยู่เฉพาะหน้า มีอะไรเกิดขึ้นก็พอใจสบายใจ

ขอให้ผู้สูงอายุทุกคน แสดงภาพแห่งผู้มีสติปัญญาให้ลูกหลานได้เห็น ลูกหลานก็สบายใจ จะได้พูดออกมาด้วยความดีใจว่า คุณปู่ใจดี คุณย่าใจดี คุณยายคุณตาใจดี ยิ่งรายชื่อเป็นคนมาวัดเป็นคนใจดี มันเป็นการยืนยันธรรมะ คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่มีอยู่ในเนื้อในตัวของเราเป็นการช่วยส่งเสริมพระศาสนา ถ้าเรามาวัดแล้วใจไม่ดี เด็ก ๆ มันว่า คุณยายของหนูไปวัดทุกวันพระวันอาทิตย์ แต่กลับถึงบ้านโทโสโมโหจ้งเลย อย่างนี้เสียท่าแล้ว แปลว่าคุณยายทำให้เสียหายแล้ว ภาพพจน์คนไปวัดเสียแล้ว ไม่ได้เรื่องแล้ว

เพราะฉะนั้น จึงต้องแสดงภาพพจน์ในทางสงบ มีเหตุมีผล พูดจาอะไรก็เรียกว่าพูดด้วยใจเมตตา ด้วยกรุณา ด้วยเหตุด้วยผล ไม่ว่าความเป็นเดือนเป็นแค้น ควบคุมตัวเองได้ในทุกอิริยาบถ เพราะเรามันเกิดมานานแล้ว ผ่านการหัดการควบคุมตัวเองให้อยู่ในสภาพปกติมานานแล้ว ต้องไม่ขึ้นไม่ลงสภาพจิตใจเป็นไปเรียบ ๆ ไม่ขึ้น ๆ ลง ๆ มากไป อะไรมากระทบก็อยู่ในสภาพดุลยชัย สบายเสียอะไรไปก็เฉย ปลอยได้ วางได้ ไม่แสดงอาการเป็นทุกข์ให้ลูกหลานเห็น แต่ทำตัวเป็นที่ปรากฏแห่งความหนักแน่น มีปัญญามีสติควบคุมจิตใจได้ กลายเป็นปูชนียะให้แก่ลูกหลาน อยู่ประจำบ้านประจำเรือน เป็นตัวอย่างในทางสงบรำงับ เป็นตัวแทนของพระธรรม ชื่อว่าบ้านนั้นเรือนนั้นมีพระ มีธรรมะ คุณปู่ คุณตา คุณย่า คุณยายนี้แหละ เป็นตัวธรรมะให้ลูกหลานเห็น ถ้าเป็นอย่างนี้แล้ว เราเอ่ยสอนอะไรก็มีน้ำหนัก เพราะเราได้ทำตนเป็นตัวอย่าง เด็กมันเชื่อฟัง เพราะเขารู้ว่าถ้าอะไรไม่สำคัญ ผู้สูงอายุจะไม่พูดพล่อย พอท่านลงได้ออกปากกล่าวขึ้นเช่นนี้ ลูกหลานก็ต้องตั้งใจจดจ่อคอยฟัง สำหรับผู้สูงอายุ การยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น เป็นเรื่องที่ควรกระทำ และทำได้ด้วยการพิจารณาตัวเองว่า เรามีอะไรที่ไม่ดีไม่งาม ต้องคอยเตือนคอยบอกตัวเองว่าอย่างนั้นไม่ดี อย่างนี้ดี อย่าไปทำเช่นนั้น จงทำอย่างนี้ บอกตัวเองบ่อย ๆ สภาพจิตใจก็ค่อยสงบมากขึ้น ตัวเราเองแหละจะเห็นผลของธรรมะว่าให้ความคุ้มครองได้จริง ๆ ดังที่พระพุทธเจ้าว่าไว้จริง ๆ คือบทที่ว่า “ธมฺโมหเว รกฺขติ ธมฺมจารี” ธรรมเท่านั้น รักษาผู้ประพฤติธรรม เราต้องประพฤติธรรม ธรรมะจึงจะรักษาเรา

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๑๕/๒๕๒๓

ธรรม วัชระ ที่ ๖

ผู้รักดี

มีเคล็ดทำกับทนายทโดยธรรม

ปัญหาอันหนึ่งที่เราควรจะคิดกัน คือปัญหาเด็ก ๆ โดยเฉพาะวัยรุ่นที่กำลังจะเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ เราเรียกวัยรุ่นว่า วัยทีนเอจ คืออายุขนาด 13-14 เป็นต้นไป วัยนี้เป็นวัยที่สำคัญมาก เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เพราะว่าความรู้สึกต่าง ๆ เริ่มเปลี่ยนแปลง ไม่ว่าจะเป็นเด็กหญิง เด็กชาย พอเป็นวัยรุ่นขึ้นมา เขาเองจะเริ่มรู้สึกเปลี่ยนแปลงแล้ว ร่างกายเขาเปลี่ยนแปลง จิตใจก็เปลี่ยน แล้วเป็นบุคคลประเภทที่เรียกว่า อ่อนไหวง่ายต่ออารมณ์ที่มากกระทบ พอมีเรื่องอะไรก็ตาม เด็กที่อยู่ในวัยรุ่นนั้นมักจะไหลไปตามอารมณ์นั้นได้ง่าย ความรู้สึกมันเร็ว ไม่ค่อยจะมีห้ามล้อที่จะยับยั้งจิตใจ ที่จะคิดอ่านว่าอะไรถูกอะไรผิด อะไรควรอะไรไม่ควร เขาคิดไม่ค่อยจะได้ แต่ว่ามักจะไหลไปตามอารมณ์และสิ่งแวดล้อม

พูดถึงสิ่งแวดล้อมในสังคมยุคปัจจุบัน ในบ้านเมืองของเราเนี่ย อาตมาอยากจะกล่าวว่ามันไม่ค่อยจะดีเท่าใด มันยั่วชวนคนไปในทางที่จะให้ตามใจตัวเอง ให้หลงระเห็จสนุกสนานไปกับสิ่งเหล่านั้นมากเกินไป อันจะเป็นปัญหาแก่เด็กเหล่านั้น แล้วจะกลับมาเป็นปัญหาแก่บ้านเมือง ซึ่งจะต้องเข้าไปเกี่ยวข้องมันกระทบกระเทือนมาก กระทบกระเทือนในครอบครัว ในสังคม ตลอดไปถึงประเทศชาติรวมกันไปด้วย ปัญหาที่มันเกิดแล้วกระทบกระเทือนไปหมด ไม่มีข้อยกเว้น จึงเป็นปัญหาที่เราน่าจะได้นำมาคิดกัน แล้วหาทางที่จะทำอย่างไร ที่จะช่วยห้ามล้อจิตใจของคนเหล่านั้นให้พอจะยับยั้งจิตใจตนเองได้บ้าง ตามสมควรแก่ฐานะ เรื่องนี้เป็นเรื่องสำคัญ เพราะว่าเด็กหนุ่มสาวของเรานั้น ถ้าขาดความยังคิดแล้วมักจะไปไกล บางทีก็อาจจะทำลายตัวเองได้ง่าย

ปัญหาที่เกิดขึ้นในเด็กหนุ่มสาว โดยมากก็มีความรักแล้วก็ไม่สมหวังตั้งใจ เพราะเด็กหนุ่มสาวนั้นถ้าพุ่งแล้วมันพุ่งไปเหลือเกิน พุ่งแรงมาก เบรกไม่ได้ ถ้าชนกำแพงก็ชนเลยคอกหักไม่ว่าพุ่งเข้าไประหว่างนั้น นี่มันแรงเกินไป ความยึดมั่นมันแรงเกินไป เขาไม่ได้มีธรรมะเป็นเครื่องเหนี่ยวรั้งจิตใจ ไม่รู้จักปล่อย ไม่รู้จักวาง ไม่รู้จักคำว่าไม่เป็นไรเสียบ้าง หรือว่าไม่มีการที่จะใช้ปัญญาพิจารณาเหตุผล เอาเรื่องอะไรขึ้นมาคิดแล้วก็ไม่ได้ใช้ปัญญา ใช้อารมณ์มาก เมื่อใช้อารมณ์มากมันเกิดความเสียหายแก่ตัว ผลที่สุดฆ่าตัวตาย

คนเราเมื่ออายุเท่าไรก็ตาม ถ้าคิดลึนก็จัดอยู่ในสภาพเหมือนเด็กทั้งนั้น ทำไมจึงว่าอย่างนั้น นี่ก็เพราะคิดในแง่เดียวในมุมเดียว ไม่ได้คิดให้หลายแง่หลายมุม หาว่าไม่รู้ ว่า สิ่งทั้งหลายมันไม่ได้มีเหลี่ยมด้านเดียว มันมีหลายด้านหลายมุม แต่เรามองไม่เป็น พอประจันกันเข้ากับมุมใดก็มองอยู่แต่มุมนั้นมุมเดียว มุมอื่นไม่มอง เหมือนตะเกียงมีโປ้กระຈກหลายเหลี่ยมหลายสีส่องอยู่ แต่เรามองเห็นหน้าเดียว ไปส่องจ้องทางกระຈกด้านที่มืด ๆ ด้านที่เป็นสีขาวสดใสไม่มอง มองแต่ด้านกระຈกที่เขาพรางแสงให้มืดด้านเดียว มองแล้วเห็นว่ามันมืดไป แล้วก็คิดว่าไม่แจ่มใสในชีวิตเสียแล้ว ฉะนั้นไม่อยู่ต่อไปแล้ว เขาคิดเอาง่าย ๆ ลึน ๆ เท่านั้นเอง เพราะอย่างนั้นมันจึงยุ่ง สามารถคิดไปได้เอนกอนันต์ แต่ก็ถูกจำกัดวง จำกัดเท่าที่แสงตะเกียงมันลอดกระຈกสีคล้ำด้านนั้นอำนวยให้เห็น

ทำไมจึงเป็นอย่างนั้น? ก็เพราะว่า เขาไม่เข้าใจเรื่องอะไรถูกต้องตามสภาพที่เป็นจริง ทำไมเขาจึงไม่เข้าใจเรื่องอะไรเหล่านั้น? ก็เพราะว่าไม่มีใครชี้บอกแนวทางให้เข้าใจ พุดง่าย ๆ ว่าขาดธรรมะเป็นเครื่องประดับประดาจิตใจของคนเหล่านั้น ฉะนั้น เราควรเอาธรรมะมาพูดมาคุยกันเสียบ้าง ในเวลาว่าง ๆ ในครอบครัวควรจะคุยกันบ้าง เวลาว่าง ๆ เราควรจะมานั่งรับประทานอาหารร่วมกัน สมมติว่าวันอื่นมันมีงานยุ่ง สมัยนี้พ่อก็ไปทำงาน แม่ก็ไปทำงาน ลูกก็ไปเรียน กลับมาบางทีก็เลยเวลาไปแล้ว ลูกเข้านอนแล้วพ่อแม่จึงได้กลับบ้าน มอบภาระให้แก่คนใช้ คอยดูแลอะไรกันไปตามเรื่อง นี่เรื่องปัญหาสมัยใหม่ ที่ไม่มีเวลาจะพูดจะคุยกัน ฉะนั้นควรจะหาช่องว่าง เช่นว่าวันเสาร์เราควรจะใช้เวลาหรือว่าวันอาทิตย์เราควรมีเวลาที่จะมานั่งรับประทานอาหารด้วยกัน แล้วก็คุยกัน หรือว่ารับประทานอาหารแล้ว หาที่สบาย ๆ ไปนั่งคุยกัน อ่านหนังสือพิมพ์แล้วก็ยกปัญหาในหน้าหนังสือพิมพ์มาถกมาเถียงกัน เอาเป็นสาเหตุของเรื่อง เรามีจุดหมายจะพูดเรื่องอะไร เราก็ตั้งเข็มไว้ แต่ว่ายังหาเรื่องที่จะให้เป็นสาเหตุไม่ได้ ก็เอาเรื่องอื่นนำมาก่อน อ่านหนังสือพิมพ์หรือเปิดดูโทรทัศน์อะไรไปก่อน พอมีเรื่องขึ้นมา ก็เอาเรื่องนั้นเป็นเรื่องปรารภ เริ่มเข้าเรื่องที่เรากำลังจะพูดถึง เราก็นั่งคุยชี้แจงแสดงเหตุผลปัญหาต่าง ๆ ที่มันเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของคนนั้นคนนี้ ของสังคมอะไรต่าง ๆ เหตุการณ์ในหนังสือพิมพ์ก็มีเยอะที่เราจะยกขึ้นมาเป็นปัญหาคุยกับเด็กในครอบครัวของเรา แล้วเราชี้ให้เห็นว่าที่มันเป็นอย่างนี้เพราะอะไร มันขาดอะไร มันมีอะไรมันเกินไปในส่วนใด มันมีอะไรบกพร่องในวิถีชีวิตของเขา จึงได้มีอาการเช่นนี้เกิดขึ้น เอามาพูดมาสนทนากัน เราไม่บังคับให้เขาทำอย่างที่เราพูดออก แต่ว่าเราพูดใส่ไว้ ๆ ในสมองของเขา เวลาที่มีปัญหาอะไรมาเขาก็นึกถึงเรื่องอะไรต่าง ๆ ได้ เพราะสิ่งที่ได้เรียนได้รู้ไว้นั้นมันจะมากระตุ้น มาเกิดในหัวนึกของเขา ขณะที่เขาเผชิญปัญหาก็กพอจะนึกได้ ว่าเรื่องนั้นเรื่องนี้ มีตัวอย่างเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ หรือว่าเขาเคยได้ยินคุณพ่อว่าอย่างนั้นคุณแม่ว่าอย่างนี้ คุณย่าคุณยายเคยปรารภว่าอย่างนั้นอย่างนี้ พอจะนึกได้แล้วมาแก้ไขปัญหาชีวิตต่อไป อันนี้เป็นเรื่องที่น่าจะได้กระทำในครอบครัวของเรา ที่เรายังมีเด็ก ๆ อยู่ในความควบคุมดูแล

หรือว่าเราจะชักชวนเด็กมาวัดก็ได้ เช่น วันอาทิตย์เราพามา เด็กที่ควรพามาฟังปาฐกถาธรรม ต้องเป็นเด็กที่ฟังรู้เรื่องเข้าใจความหมาย คือเด็กวัยรุ่นนัมน เช่น นักเรียนชั้นม.ศ.4 ม.ศ.5 หรือเรียนอยู่ในชั้นมหาวิทยาลัย เราชวนเขามาบ้าง แม้จะไม่ขึ้นมานั่งบนสถานปาฐกถานี้ก็ไม่ว่าอะไร ให้นั่งตามร่มไม้ สนามหญ้าตามสบาย เสียงมันก็ดังไป เขาได้ยิน ได้ฟังไว้บ้าง แล้วเขาก็จดจำไป จะได้เอาไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน คืออย่างน้อยก็ได้ยินเสียงพระ ได้เห็นพระ ได้รู้เรื่องของพระไว้บ้าง มันก็ช่วยเหนี่ยวรั้ง บังคับจิตใจไม่ให้เกิดอันตรายขึ้นแก่ชีวิตของเด็กนั้นได้

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๑๖/๒๕๒๓

ฉ ร ร ม วั ช ร ะ ที่ ๗

ผู้รักดี

รู้ทำหน้าที่บุตร



บุญคุณของพ่อแม่ท่าน เปรียบด้วยของหนักของใหญ่ทั้งนั้น เปรียบด้วยแผ่นดิน เปรียบด้วยอากาศ เปรียบด้วยภูเขาพระสุเมรุซึ่งมันใหญ่เหลือเกิน เป็นภูเขาหิมालัยสูงสุด สูงที่สุดในโลก ชีวิตเราไปสัมพันธ์กับท่านเป็นบุคคลแรก ซึ่งมีบุญคุณแก่เรา เราจึงต้องควรจะได้นึกถึง โดยเฉพาะส่วนที่เราควรจะต้องตอบแทนท่านอย่างไร

ถ้าดูตามหลักในทางธรรมะแล้วมีว่า ท่านเลี้ยงเรามาเราต้องเลี้ยงท่าน ช่วยทำกิจการงานให้แก่ท่าน ประพฤติตนให้สมควรที่จะรับทรัพย์มรดกที่ท่านได้ทำไว้ ประพฤติตนให้สมควรที่จะรับทรัพย์มรดกที่ท่านได้ทำไว้ เมื่อท่านเจ็บไข้ได้ป่วยไปต้องดูแลรักษา เมื่อท่านมรณาคือตายไปแล้ว เราก็ต้องทำบุญอุทิศให้ท่าน แล้วมีอีกอันหนึ่งว่าดำรงวงศ์ตระกูลของท่านไว้ไม่ให้ตกต่ำไปเสียเป็นอันขาด นี่เรื่องของการตอบแทน

การเลี้ยงท่านมันมี 2 คือ เลี้ยงกายกับเลี้ยงน้ำใจ เลี้ยงกาย คือว่าจัดที่อยู่ให้ท่านสบาย มีอาหารที่หลักที่นอนเอาใจใส่ดูแลให้ท่านสบายพอสมควร เรียกว่า เลี้ยงร่างกาย เจ็บไข้ได้ป่วยไปก็รักษา ก็เป็นเรื่องของร่างกายเหมือนกัน

ส่วนการเลี้ยงน้ำใจนั้น คือว่าเราอย่าทำอะไรให้ท่านร้อนใจ แต่จะทำทุกสิ่งทุกอย่างให้ท่านเบาใจ สบายใจ จะไปไหน จะทำอะไร จะประพฤติดังใด ต้องนึกถึงพ่อแม่ไว้ นึกว่าท่านต้องการอะไร ท่านไม่อยากจะอะไร ไม่อยากเห็นอะไร ไม่อยากพบอะไร เราต้องนึก แล้วเราจะต้องไม่ทำสิ่งที่ขัดต่อความประสงค์ของคุณแม่คุณพ่อ แต่จะทำตามที่ท่านประสงค์จําหน่าย เพื่อไม่ให้ท่านร้อนใจ เลี้ยงน้ำใจ สำคัญกว่าเลี้ยงร่างกายขึ้นไปอีก เพราะว่าถ้าใจสบายแล้วร่างกายก็พลอยสบายไปด้วย แต่ถ้าใจท่านไม่สบาย กายท่านจะสบายได้อย่างไร เพราะฉะนั้นต้องเลี้ยงน้ำใจด้วยการเอาใจใส่ดูแลรักษาด้วยเรา ประพฤติดี มีความดี

โดยเฉพาะอย่างยิ่งเวลาท่านแก่ชรา ต้องเอาใจใส่เป็นพิเศษ อาหารใดท่านชอบ ต้องพยายามหามาให้ท่านรับประทาน เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ต้องดูแลเอาใจใส่ สมัยนี้อาจจ้างนางพยาบาลรักษา แต่นางพยาบาลไม่ใช่ลูกของท่าน คงให้ความสบายใจได้ไม่เท่าใดดอก ท่านอยากเห็นหน้าลูก อยากให้ลูกมานวดขา มานวดมือ มานั่งใกล้ ๆ ถ้าลูกมานั่งใกล้แล้วท่านสบายใจ ไม่ได้สบายใจเรื่องอะไรหรอก เรื่องรู้ว่าลูกยังรักท่านอยู่ ยังเอาใจใส่ท่านอยู่ แต่ถ้าเราไม่เอาใจใส่ ท่านเสียใจ เคยมีตัวอย่างลูกบางคนแม่ป่วย ไม่ค่อยมาเยี่ยมเลย แล้วเวลาเขียนจดหมายมาถึงแม่ ตัวเองไม่เขียน ให้ภรรยาเขียนมา แม่อ่านแล้วมันไม่ชื่นใจ เพราะภรรยานั้นไม่ใช่ลูกแม่ ลูกสะใภ้ แต่ลูกชายไม่เขียนเลย แล้วก็ยังไม่ส่งคุณแม่หาเพื่อนกันว่า ให้ช่วยดูแลคุณแม่ให้ด้วย เพื่อนก็มาดูแลให้ แต่มันไม่เหมือนลูกของแม่มาดูแล เฉยเฉย ไม่เอาใจใส่ นี่เขาเรียกว่าคนไม่ได้คิด ไม่ได้นึกถึงว่าน้ำใจของผู้เฒ่าผู้แก่จะเป็นอย่างไร น้ำใจคุณแม่คุณแม่

จะเป็นอย่างไร คนอายุมากนั้นก็ขอยกยเถอะ คล้ายกับเด็กเหมือนกันคือต้องการพี่เลี้ยง ต้องการคนอยู่ใกล้ ต้องการคนเอาใจใส่ ที่นี้คนที่เอาใจใส่นั้นใคร? ก็คือลูกนั่นเอง ลูกจึงต้องเข้าใกล้ได้ถาม พ่อว่าป่วยต้องมาทันที มาตรวจมาตรวจแล้วก็ฝากเพื่อนฝากฝูง แต่ตัวต้องมาก่อน ท่านก็ขึ้นใจว่าลูกเราพอรู้ว่าป่วยมาทันที ท่านก็สบายใจ

รายที่เล่ามานี้แม่ป่วยก็ปีปีก็อย่างนั้น ไม่ค่อยมาเยี่ยมมาเยียน ผลที่สุดแม่ตายไป เลยไปถามพ่อว่าทำไมคุณนายตาย เขาตรอมใจตาย ตรอมใจเรื่องอะไร ลูกชายมันไม่ค่อยเอาเรื่อง มันเป็นอย่างนี้ไม่ได้นะ เรามันต้องเอาใจใส่เป็นพิเศษในเรื่องนี้

ขอให้นึกเถิดว่าถ้าเราป่วย คุณพ่อหรือคุณแม่ต้องรีบรุดหน้าชิดมาทันที มาดูมาเอาใจใส่ ถ้าคุณพ่อคุณแม่ป่วย เราก็ต้องไปเหมือนกัน ดูแลท่านให้ท่านสบายใจ การปฏิบัติดีต่อพ่อแม่ที่บุญเหลือหลาย ที่สุดบุญจะช่วยเรา คนที่มีความกตัญญูกตเวทีรับรองว่าไม่มีความตกต่ำในชีวิต ในการทำงาน ย่อมเจริญก้าวหน้า ลองสังเกตดูเถอะ คนที่เจริญทั้งหลายล้วนแต่เป็นคนรักแม่ รักพ่อบุญชาพ่อแม่ เอาใจใส่พ่อแม่แล้วเป็นคนที่ไม่ตกต่ำ แต่ถ้าเป็นคนไม่เอาใจใส่ดูแลพ่อแม่มันไปไม่รอด เพื่อนฝูงเขาก็ไม่ค่อยจะไว้ใจ เช่น จะมาร่วมหุ้น ร่วมค้าขาย เขาก็ชักจะระแวงอยู่ว่าพ่อแม่มันยังไม่เอาใจใส่ จิตใจมันไม่ค่อยดีเท่าใด อย่าไวใจนักเรื่องเงิน ๆ ทอง ๆ มันเสียหายได้

เพราะฉะนั้น คนโบราณเขาจึงสอนกันนักหนาในเรื่องนี้ สอนให้กตัญญูกตเวทีพ่อแม่ผู้บังเกิดเกล้า ให้เอาใจใส่เลี้ยงดูให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ตามหน้าที่ของเรา นี่เรียกว่าเลี้ยงจิตใจของท่าน เราจะทำอะไรเป็นการตอบแทนก็ให้รับทำเมื่อท่านยังอยู่

ครั้นท่านถึงแก่กรรมลงไปก็ทำตามประเพณี เรียกว่าทำบุญอุทิศให้ท่าน อันว่าเป็นประเพณีนั้นขอฝากคิดไว้หน่อยว่าตัดออกเสียบ้างก็ได้ ขอให้รู้จุดหมายว่า เราทำอะไรเพื่ออะไร ขอให้เราทำตามประเพณีด้วยการรู้จุดหมาย กล่าวคือ ให้...ให้ท่าน ให้รักษาศีล ให้เจริญธรรม หรือว่าให้ฟังธรรม ให้เผยแผ่ธรรมะ ให้คนอื่นได้เกิดความรู้ความเข้าใจ เช่น เราพิมพ์หนังสือแจกในงานศพ นี่เรียกว่าเราช่วยเผยแผ่ธรรมะ แล้วในการทำบุญนั้นก็ให้อยู่ในเรื่องการบริจาคทาน อยู่ในเรื่องความมีศีล

แต่บางที่บางแห่งศีลมันไม่ค่อยจะมีในงานศพ เพราะมีเรื่องสนุกกัน กินเหล้ากันเมามายกัน เล่นการพนันกันในงานศพของคุณพ่อคุณแม่ เอาพิณพาทยวงใหญ่ตีกันจนกระทั่งไม่มีเวลาหยุดหย่อน เพราะคนดีก็เมาเจ้าภาพก็เมา เลยสนุกกันใหญ่ เมื่อวานขึ้นนี้ไปเทศน์ที่วัดพระศรีมหาธาตุ งานศพที่เราไปนั้นเรียบร้อย ทั้งศาลามีแต่ความสงบเรียบร้อย แต่อีกศาลาหนึ่งนั้นตีพิณพาทยโหมโรงกันใหญ่เลย พอเทศน์เสร็จแล้วลงมาดู ที่มันดังกันนักหนามันรำกัน มาเห็นแต่งตัวอยู่ข้างหลังออกไปรำ พอรำก็ตีรำก็

ดีอันนี้ไม่ไหว เราไม่ใช่ตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ด้วยการไปรำน้าศพ ท่านไม่ดูแล้ว ไม่รู้เรื่องอะไรแล้ว พวกที่ไปในงานมันอยากดูกันเอง สนองตัณหาพวกไม่ตายทั้งนั้น คนตายแล้วไม่รู้เรื่องอะไร

เราจะมาอ้างว่าตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ แม่คนเดียวเท่านั้นทำให้เต็มทีหน่อย เราทำอย่างนั้นไม่ถูกต้อง เราต้องทำให้เป็นธรรม ให้เป็นเรื่องเป็นราว บริจาคทรัพย์ก็ให้มันเป็นเรื่องเป็นราวให้ได้ ประโยชน์ อย่าไปดำน้ำพริกละลายแม่น้ำเจ้าพระยา น้ำพริกครกมันเล็ก แม่น้ำมันใหญ่ไม่ได้เรื่องอะไร อันนี้ควรจะตัด ๆ ออกไปบ้าง ทำบุญให้เป็นบุญ แล้วอย่าทำในรูปที่เรียกว่าเกรงชาวบ้านเขาจะว่า ถ้ากลัวชาวบ้านเขาจะว่าแล้วฉิบหายทุกราย กลัวข้าเมาจะว่าต้องเลี้ยงเหล้า กลัวนักการพนันจะว่า เปิดบ่อน เล่นการพนัน กลัวคนว่าไม่มีลีเกเลยมีลีเก กลัวว่ามันไม่มีโชนเงินโชนทองเยอะแยะ เอาโชนมาเล่นฉลอง ศพแม่ มันไม่ได้เรื่องอะไร ไม่เป็นการทำบุญที่ถูกต้อง เราต้องทำบุญในแง่ที่เรียกว่า ส่งเสริมศีลธรรม ส่งเสริมความรู้ความเข้าใจแก่ประชาชน อย่าไปปิดหูปิดตาประชาชนในงานทำบุญทำงานศพอย่างนั้น จึงจะเป็นการชอบการควร อันนี้มันต้องช่วยกันแก้ไข อาตมาพูดอยู่กับคนเดียวมันจะแยะแล้วเวลานี้ แต่ว่ามีคนเห็นด้วยหลายคนแล้วเวลานี้ เขาทำแบบง่าย ๆ ไม่ฟุ่มเฟือยสุรุ่ยสุร่าย แล้วก็มีการแสดงธรรมในงานศพ ด้วย คนจะได้ฟังจะได้รู้จะได้เข้าใจ

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๑๗/๒๕๒๓

ច រ រ ម វ ័ ឧ រ ័ រ ័ ័

អ្នករៀន

ប្រតិបត្តិការក្នុងការរៀន

คนรักชาติควรจะมีระเบียบปฏิบัติในชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องใหญ่ เป็นเรื่องสำคัญที่สุดสำหรับชีวิตของคนรักชาติ ก็คือ ต้องมีความเสียสละเพื่อผู้อื่น คือรักคนอื่น แล้วมีความเสียสละเพื่อผู้อื่น ถ้าเรามีความรักผู้อื่น มีความเสียสละเพื่อผู้อื่น ก็เรียกว่าเราเป็นคนรักชาติได้

เวลานี้เราไม่ได้มีน้ำใจเพื่อผู้อื่น ไม่มีความรักผู้อื่นอย่างแท้จริง รักชาติแต่ปากเสียเป็นส่วนมาก แต่การกระทำนั้นหาได้รักจริงไม่ คนเราถ้ารักกันก็ต้องเสียสละต่อกัน จะทำอะไร จะคิดอะไร จะพูดสิ่งใด ก็ต้องเป็นไปเพื่อความสุข เพื่อความเจริญแก่เพื่อนร่วมชาติ จะไม่ทำอะไรอันเป็นเหตุให้เกิดความเสียหายแก่คนในชาติของตัว เมื่อเรามีความคิดในทางเสียสละเพื่อความสุข เพื่อความเจริญของเพื่อนร่วมชาติ ก็เรียกว่าเราเป็นคนรักชาติได้

อันคนที่รักชาติอย่างนี้ย่อมไม่มีความคิดในทางที่จะทำอะไรในทางเห็นแก่ตัว ไม่กอบโกยเอาประโยชน์ส่วนรวมมาเป็นส่วนตัว มีความพอใจในสิ่งที่ตนมีตนได้ สมมติว่าเราเป็นข้าราชการ เราทำงานตามหน้าที่ การทำงานตามหน้าที่นั้นก็เรียกว่ารักชาติแล้ว เพราะความรักชาตินั้นต้อง “กอบปรกณีย์ แนวไว้” ดังโคลงพระราชนิพนธ์ของในหลวงรัชกาลที่ 6 ซึ่งเขียนไว้ว่า

|                      |                   |
|----------------------|-------------------|
| “รักราชวงจิตน้อม     | ภักดี ทำนนา       |
| รักชาติกอบปรกณีย์    | แนวไว้            |
| รักศาสน์กอบปรกบุญตรี | สุจริต ถ้วนเทอญ   |
| รักศักดิ์จงจิตให้    | โลกซร้องสรรเสริญ” |

“รักชาติกอบปรกณีย์ แนวไว้” นั่นคือ ทำงานในหน้าที่ให้สมบูรณ์ ให้เรียบร้อย

ในเรื่องรักชาติก็ต้อง “กอบปรกณีย์” กรณียะ แปลว่ากิจอันเราจะต้องทำ กิจอันเราจะต้องทำก็คือหน้าที่ หน้าที่ที่เราจะต้องปฏิบัติ เช่น เป็นข้าราชการ เราก็ต้องทำหน้าที่ของข้าราชการให้ดี ซื่อตรงต่อเวลา ซื่อตรงต่อหน้าที่ ซื่อตรงต่อเพื่อนร่วมชาติ ทำงานเพื่อให้เพื่อนร่วมชาติมีความสุข มีความเจริญ มีความก้าวหน้าในชีวิตการงาน ไม่เป็นคนเห็นแก่ตัว คนเห็นแก่ตัวนั้นคือทำงานแต่ชนิดหน้อย เอาความสบาย มีความคิดอยู่ในใจว่าทำงานน้อยให้ได้เงินมาก ๆ อย่างนี้ถ้าจะไปทำงานที่ไหน เขามักจะถามว่า งานสบายไหม ถ้างานสบายละก็ชอบ เงินมากก็ชอบ ถ้างานหนักเงินน้อยไม่ค่อยชอบ นี่...เขาเรียกว่า มีอุดมคติเป็นวัตถุนิยม คิดแต่เรื่องเงินอยู่ตลอดเวลา จะทำอะไรก็คิดแต่เรื่องเงิน เหมือนคำขวัญสมัยหนึ่งว่า “งานคือเงิน เงินคืองาน บันดาลสุข” นั่นไม่ใช่คนรักชาติแท้ แต่เป็นคนที่รักเงิน ทำงานเพื่อเงิน

ที่แท้ “ชีวิตคืองาน งานคือชีวิต” เราเกิดมาด้วยงาน ชีวิตของเราคืองาน แล้วเราก็ต้องใช้ชีวิตให้เป็นงานต่อไป ทำงานให้คุ้มกับค่าของเงินที่เราจะพึงได้รับ คนรักชาติย่อมไม่เอาเปรียบ ย่อมเป็นผู้

เสียสละร่างกายชีวิตจิตใจ เพื่อประโยชน์แก่ชาติแก่ประเทศ คือแก่คนส่วนรวม แก่เพื่อนร่วมชาติของเรา  
นั่นเอง คนรักชาติต้องถือหลักพุทธภาษิตที่ว่า “พึงเสียสละทรัพย์เพื่อรักษาอวัยวะ พึงเสียสละอวัยวะ  
เพื่อรักษาชีวิต”..... แต่เมื่อคิดถึงหน้าที่ อันตนจะต้องปฏิบัติในชีวิตประจำวันแล้ว ต้องเสียสละทรัพย์ ต้อง  
เสียสละชีวิต ต้องเสียสละทุกสิ่งทุกอย่างให้แก่หน้าที่การงาน เราไม่นึกถึงเรื่องอะไรแล้ว นึกแต่เพียง  
อย่างเดียวว่า ขอให้สิ่งนั้นคงอยู่ เช่น ให้ชาติอยู่ ก็หมายความว่าให้ทุกคนได้อยู่อย่างไท ได้อยู่อย่าง  
มนุษย์ ได้อยู่อย่างพุทธบริษัท ไม่เป็นทาสของใคร ไม่ต้องตกต่ำในชีวิต ในการทำงาน แล้วเราต้องการให้  
คนอื่นสบาย เราก็ต้องทำสิ่งที่มันจะให้เกิดความสบาย ถ้าเราไม่ทำสิ่งที่จะทำให้เกิดความสบายแก่เขา  
เขาจะมีความสบายอย่างไร

คนเราที่จะช่วยคนอื่นให้สบายนั้น เราต้องยอมเสียสละความสุขบ้าง ถ้าไม่ยอมเลยจะช่วยคนให้  
สบายได้อย่างไร เหมือนกับคนที่ไปทำหน้าที่บริหารประเทศชาติ เช่น ไปเป็นนายกรัฐมนตรี ไปเป็น  
รัฐมนตรีในตำแหน่งหน้าที่ฝ่ายบริหารด้วยประการต่าง ๆ นั้น ถ้าไปทำงานในหน้าที่เพื่อกิน เพื่อถาม  
เพื่อเกียรติ จิตใจคนนั้นยังต่ำอยู่ ยังไม่สูงพอที่จะเข้าไปบริหารประเทศชาติ ในฐานะเป็นรัฐมนตรีหรือ  
เป็นอะไรก็ได้ เพราะยังมีความคิดเข้าข้างตัว เรื่องจะกินดีอยู่ดี มีเกียรติ มีชื่อเสียง แล้วก็ทำไป คนอย่าง  
นี้ทำเพื่อเอา ไม่ใช่ทำเพื่อให้

ถ้าทำเพื่อจะเอาแล้วมันทำไม่นาน เพราะไม่ได้ก็จะต้องเลิกไป แต่ถ้าได้อยู่ก็ทำต่อไป จึงปรากฏ  
ว่าคนที่เข้าไปบริหารงานให้แก่ประเทศชาติ มักจะไปแสวงหาผลประโยชน์ส่วนตัว ทำให้ฐานะของตัว  
เจริญผิฟูผิตาประชาชน เช่น สมัยหนึ่งอยู่ในสภาอย่างหนึ่ง แต่พอได้เป็นใหญ่เป็นโตขึ้น ก็เปลี่ยน  
สภาพไปอย่างรวดเร็วเหลือเกิน นั้นแสดงได้ว่า มีการกะมิดกะเมี้ยนเม้มอะไรเข้าไปแล้ว จากส่วนที่จะ  
เป็นประโยชน์ส่วนรวม เอามาทำเป็นประโยชน์ส่วนตัวเสีย อย่างนี้เขาเรียกว่าไม่รักชาติอย่างแท้จริง  
เพราะยังคิดเห็นแก่ตัวอยู่ ยังหวังประโยชน์ส่วนตัวอยู่

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๑๘/๒๕๒๔

ច រ រ ម វ ័ ឧ រ ័ ត ៩

ជួររកត

រួចរកតរកតរកត រកតរកតរកត

ในชีวิตของแต่ละคนนี่ เราเป็นทั้ง 2 อย่าง เป็นครูในบางครั้ง เป็นศิษย์ในบางครั้ง เพราะฉะนั้น เมื่อใดเราเป็นครูก็ต้องเป็นครูให้สมบูรณ์ ให้เรียบร้อย อย่างนี้ก็ แต่ว่า ครูคือคนที่สอนหนังสือในโรงเรียน เท่านั้น ไม่ใช่ทุกคนเป็นครูในฐานะเป็นพ่อเป็นแม่ เป็นครูในฐานะเป็นหัวหน้าในหน่วยงานราชการ เช่น เราเป็นหัวหน้าแผนก หัวหน้ากอง หัวหน้าสูงขึ้นไป ก็ถือว่าเป็นครูแก่ลูกน้องทั้งหลาย เราจะประพฤติปฏิบัติอย่างไรก็ต้องนึกว่าลูกน้องจะเสียหาย การปกครองจะเสียระเบียบ ถ้าเราทำอย่างนั้น เราพึงเว้นไม่กระทำในเรื่องอันไม่เหมาะสมไม่ควรเหล่านั้น ก็เรียกว่าเรารักษาความเป็นครูของเราไว้ เพื่อให้ผู้น้อยได้เอาตัวอย่างจากเรา แล้วเขาจะได้เดินไปในทางที่ถูกที่ควรต่อไป

ผู้ที่เป็นผู้ใหญ่ เป็นพ่อเป็นแม่ เป็นครูสอนหนังสือ เป็นอะไรก็ตาม ต้องมีเวลาสำหรับที่จะให้แก่ผู้น้อย ให้แก่ศิษย์ ให้แก่ลูก คือมีเวลาที่จะนั่งคุยกัน แนะนำพร่ำเตือนให้เขาได้เกิดความนึกในทางที่ถูกที่ชอบ สมัยนี้เขาเรียกว่า “ให้ความอบอุ่น” ที่แท้ก็คือ ให้ความเย็นอกเย็นใจแก่ลูกแก่ศิษย์ แก่คนในบังคับบัญชาคือให้ได้มีเวลาสนทนากันบ้าง ได้พูดจាកัน ให้เขาได้แสดงความคิดเห็น หรือว่าเขามีปัญหาอะไรก็จะเข้ามาปรึกษาหารือด้วยความสบายใจ เราก็ให้คำแนะนำแก่เขาเหล่านั้น เพื่อให้เขาเอาไปแก้ไข ปัญหาชีวิตต่อไป อันนี้ก็เรียกว่าเป็นครูกันอยู่ในตัวทั้งนั้น ไปไหนก็ให้ไปอย่างครู พูดอย่างครู ทำอย่างครู ในเมื่อเราเป็นครู

แต่บางครั้งเราก็เป็นศิษย์ เมื่อเราเป็นศิษย์เราจะทำอย่างไร? เราก็ต้องอ่อนน้อมถ่อมตน ยอมรับฟังคำแนะนำพร่ำเตือนของคนทุกคน ที่เขาจะพูดให้เราฟัง มีคนบางคนนิสัยเสียอยู่เหมือนกันคือ ไม่ยอมฟังคำพูดใคร ๆ ชอบแต่จะพูดทำเดียว ไม่ยอมรับฟังคำพูดของคนอื่น คนอื่นพูดแล้วก็ไม่ฟัง คนจะเป็นนักพูดที่ดีนั้นจะต้องเป็นนักฟังที่ดีด้วย อันนี้สำคัญ เมื่อใดเขาให้พูด เราก็พูด แต่เมื่อใดถึงคราวฟัง แล้วเราก็ฟังด้วยความเคารพ ด้วยความสนใจในการที่คนอื่นพูดให้เราฟัง เคยเห็นคนบางคนไม่ยอมฟังคนอื่น เอาแต่จะพูดทำเดียว จะพูดเรื่อย พูดเรื่องนั้นพูดเรื่องนี้ พูดเรื่อย รู้มากจริง ๆ รู้เรื่องนั้นรู้เรื่องนี้ รู้มาก ไม่ยอมฟังคนอื่นพูดให้ฟัง คนเราถ้าไม่ยอมฟังคนอื่นนั้นก็เหมือนปิดประตู มันก็มีแต่เท่านั้นเอง เรามีหน้าต่างเปิดไว้แสงสว่างมันก็เข้ามาได้ แต่ถ้าเราปิดเสียแสงมันจะเข้ามาได้อย่างไร ชีวิตเราก็ได้ แต่ถ้าเราปิดเสียแสงมันจะเข้ามาได้อย่างไร ชีวิตเราก็เหมือนกัน เราไม่รับความรู้จากคนอื่นแล้ว เราจะมีอะไรเพิ่มขึ้น เราจะฉลาดขึ้นได้อย่างไร เราต้องรับฟังเขา แม้คนที่เรานึกว่าไม่มีการศึกษา แต่บางทีก็พูดน่าฟังเหมือนกัน มันพูดได้ตามความรู้สึกตามเรื่องของมัน เด็กตัวเล็ก ๆ บางทีมันก็พูดน่าสนใจ

ใครที่พูดอะไร เราฟังเขาไว้ แม้คนธรรมดา เช่น คนไม่มีความรู้ บางทีมันก็พูดแหลมคมเหมือนกัน พูดเรื่องที่น่าฟัง เราควรจะรับฟังเขา ฟังด้วยความตั้งใจว่าเขาพูดอะไร พูดสิ่งใด มีประโยชน์หรือไม่ เอาไปใช้ได้หรือไม่ คนบ้า ๆ บอ ๆ บางทีมันก็พูดสิ่งที่ประโยชน์ เตือนใจเราได้ ให้เราได้เกิด



ความคิดความอ่านในทางปัญญาขึ้นมา จึงควรจะยอมรับในเมื่อคนอื่นจะให้ ใครจะให้อะไรเราก็แบมือรับด้วยความเต็มใจ เขาให้คำสอนคำเตือนก็ฟังเขาด้วยความเต็มใจ ไม่ใช่จะเอาแต่พูดทำเดี๋ยว

อันนี้มันมีหลักสำคัญอยู่เหมือนกัน เพราะในชีวิตของเรานั้น บางคราวเราก็เป็นครู แต่บางครั้งเราก็เป็นศิษย์ เป็นอะไรต้องเป็นให้ถูกต้อง เรียกว่าให้เป็นตามกาลเทศะ ตามเรื่องที่จะต้องแสดง เหมือนกับคนที่แสดงละคร เขาให้เป็นพระ เขาให้เป็นคนใช้เป็นตัวตลก ก็ต้องทำให้เป็น เป็นคนใช้ก็ต้องเป็นคนใช้ที่ดี ตามแบบที่เขาให้แสดงเป็นนายก็ต้องเป็นนายที่ถูกต้อง เป็นตลกก็ต้องตลกให้เหมาะสมแก่เวลาให้คนหัวเราะ ตลกพรวดพราดไปมันก็ได้ นี่เขาเรียกว่าแสดงเป็น แสดงเป็นมันก็มีค่า มีค่าตัวสูง แต่ถ้าแสดงไม่เป็น ค่าตัวมันก็ลดน้อยลงไป ชีวิตเราก็ออย่างนั้น บางครั้งเราก็ต้องเป็นเด็ก ต้องรับฟังผู้ใหญ่ บางครั้งเราก็ต้องเป็นผู้ใหญ่ต้องเอ็นดูผู้น้อย เวลาใดเขาให้เรา นำไปในทางถูกทางชอบ เมื่อใดเราจะต้องตามเขาก็ต้องตามเขาไป เพราะว่าเราไว้วางใจเขาว่าเป็นผู้นำเรา เราก็ตามด้วยปัญญาอย่างนี้มันก็สบาย ชีวิตก็เรียบร้อยก้าวหน้า ไม่ยุ่งไม่ยาก

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๑๙/๒๕๒๔

ច រ រ ម វ ័ ឧ រ ម ័ រ ័ ១ ០

ជ្ជ្រ័កតិ

រ្ម័ងកុណខងចររមះ

ชีวิตของคนเรานั้น มันมีปัญหาอยู่ตลอดเวลา เดี่ยวเรื่องนั้นเดี่ยวเรื่องนี้ เกิดขึ้นในจิตใจของเราบ่อย ๆ ถ้าเราไม่มีเครื่องมือสำหรับไว้แก้ไขก็ลำบาก เหมือนขับรถไปไหนไม่มีเครื่องมือติดไปด้วย เกิดยางแตก หรือขัดข้องอะไรขึ้นมาก็เดือดร้อนกันใหญ่ แต่ถ้าเรามีเครื่องมือพร้อมมียางอะไหล่ด้วย เราก็สบายใจ อุ่นใจตลอดเวลา ถึงแม้เกิดรถเสียเราก็ไม่เป็นทุกข์มากเกินไป เพราะเรามีทางแก้ไขได้ แต่ถ้าไม่มีอะไรติดไปก็ลำบากฉนั้น ในชีวิตของเราแต่ละคนนี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราไม่มีเครื่องมือเครื่องมืออันใดคือธรรมะไว้สำหรับแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น เราก็หนักใจไปตลอดเวลา ถึงคราวทุกข์ก็ทุกข์มาก มีความเดือดร้อนมาก ดังที่ท่านทั้งหลายเคยประสบมาในชีวิตด้วยกันแล้วทั้งนั้น กว่าที่จะเข้าถูกทางที่จะได้ใช้ธรรมะเป็นเครื่องมือ ก็ต้องระหกระเหินมีความทุกข์ต่าง ๆ เกิดขึ้น

เราได้เข้าวัดคือได้ศึกษาธรรมะจากการอ่าน จากการได้ยินได้ฟัง ที่พระท่านนำมาสอนให้เกิดความรู้ความเข้าใจ เราก็รู้สึกว่ามันเบาขึ้น จิตใจสบายขึ้น ความวุ่นวายต่าง ๆ นั้นก็ค่อยหายไป ความขัดแย้งยังเกิดอยู่ แต่ว่ามันเกิดแล้วไม่เป็นพิษภัยแก่จิตใจของเรา ที่ไม่เป็นพิษร้ายแก่จิตใจก็เพราะว่า เรามีเครื่องมือแก้ไขเบี่ยงเบน บรรเทาสิ่งเหล่านั้น ไม่ให้เกิดเป็นพิษแก่ตัวเราได้ ประโยชน์มันเกิดที่ตรงนี้ การศึกษาธรรมะมันมีประโยชน์ที่ตรงนี้ ตรงที่เราสามารถเอาไปใช้แก้ไขปัญหามานี้ในชีวิตประจำวัน ทำให้สิ่งทั้งหลายแปรสภาพไปในทางที่ดีได้ ท่านทั้งหลายก็ได้พอใจในการศึกษาฟังธรรมะกันอยู่เป็นประจำ เพราะเราได้เอาไปใช้แล้วและก็ได้ผลบ้างแล้วตามสมควรแก่ฐานะ ยิ่งได้เรียนได้รู้มากเข้า เอาไปใช้มากก็ได้ประโยชน์มากขึ้นแก่ชีวิตจิตใจของเราเรื่อยไป จึงอย่าเบื่อหน่ายในการที่จะฝึกศึกษา ที่จะสนใจในการปฏิบัติต่อหลักธรรมนั้น ๆ ในชีวิตประจำวันของเรา แล้วก็อย่าไปวัดคนเดียว เพื่อนฝูงมิตรสหายที่เรา รู้จักมักคุ้น พอจะชักจะจูงเขามาในทางที่ถูกที่ควรได้ ก็ควรจะช่วยกันชักจูงเข้ามา เป็นการสงเคราะห์เพื่อนทางจิต ทางวิญญาณอย่างแท้จริง

ในวาระที่เป็นวิสาขะนี้ เรามาเริ่มคิดถึงการช่วยเหลือเพื่อนฝูง ถ้าเราช่วยกันทางวัตถุ เช่น ให้เงินเขาใช้ ให้เสื้อผ้าให้ผ้า พาไปเลี้ยงตามภัตตาคารเป็นครั้งคราว ก็เท่านั้นแหละ ไม่มีอะไรที่จะเป็นหลักประกันสำหรับคนนั้นอย่างมั่นคงได้ แต่ถ้าเรานำเขามาหาธรรมะ ให้เขาได้ศึกษา ได้รู้ ได้เข้าใจ ในเรื่องธรรมะเขาก็จะได้นำธรรมะนั้นไปใช้เป็นเครื่องประกันคุ้มครองชีวิตของเขาได้ พระผู้มีพระภาคท่านจึงตรัสว่า “สพฺพทานํ ธมฺมทานํ ชินาติ” การให้ทานธรรมย่อมชนะการให้ทั้งปวง การให้ของอื่นนั้นเป็นเรื่องภายนอก แต่การให้ธรรมะเป็นเรื่องภายใน สิ่งอื่นเป็นประโยชน์แก่ร่างกาย แต่ธรรมะนั้นเป็นประโยชน์แก่จิตใจ สิ่งใดที่เป็นประโยชน์แก่จิตใจ เป็นเรื่องที่เราควรให้ ควรแจก หรือควรนำเขามารับรู้ในเรื่องที่เขาควรจะรู้ จะเข้าใจ สังคมยุคปัจจุบันนี้มีปัญหายิ่งยากมาก เราจึงควรจะอนุเคราะห์แก่เพื่อนฝูงมิตรสหายของเราด้วยการชักนำเข้าหาพระ ให้เขาได้รู้ได้เข้าใจในหลักธรรมอันควรจะไปเป็นเครื่องมือแก้ไขปัญหานั้น เช่นว่า เราเห็นเพื่อนของเราที่มีความทุกข์ มีความเดือดร้อนใจ เราก็ไปชวนเขาเข้าวัด เช่น วันอาทิตย์ก็ไปชวนเขามา ให้มานั่งสงบใจเสียบ้าง ให้มาได้เรียนรู้เรื่องของชีวิต ให้เข้าใจถูกต้อง เขา

ก็จะคลายจากความทุกข์ความเดือดร้อน การช่วยเพื่อนในรูปอย่างนี้เป็นการช่วยอย่างแท้จริง เป็นการช่วยอย่างถาวร ซึ่งถ้าเขาเกิดมีสิ่งนี้ไว้ใช้แล้ว เขาจะได้ใช้สิ่งนั้นอยู่เรื่อย ๆ ตลอดไป จึงเป็นเรื่องที่ควรจะได้กระทำ เพราะฉะนั้นในการปฏิบัติในทางศาสนา เราจึงมีหลักว่า เรียนรู้และปฏิบัติด้วยตนเอง ชักชวนผู้อื่นให้เรียนรู้ปฏิบัติด้วย เพื่อเขาจะได้ชักชวนคนอื่นต่อ ๆ กันไปด้วย เป็นการช่วยกันคนละไม้คนละมือ ให้คนเข้าถึงธรรมะทางศาสนา ให้ได้ปฏิบัติกาย วาจา ใจ ให้เข้าทางถูกทางชอบตามหลักของพระพุทธศาสนาต่อไป นี่เป็นเรื่องที่ควรจะได้พิจารณาในวาระนี้

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๒๐/๒๕๒๔

ธ ร ร ม วั ช ะ ที่ ๑ ๑

ผู้รักดี

ตระหนักรู้การพักจิตผ่อนใจ

เพ็ญเดือน อาสาฬหะ เป็นวันที่พระผู้มีพระภาคเริ่มประกาศธรรมครั้งแรกแก่ปัญจวัคคีย์ เราถือว่าเป็นวันพระธรรม หรือเป็น “วันธรรมจักร” ธรรมะได้เริ่มดังก้องเพื่อปลุกโลก ทำให้คนทั้งหลายได้สัมผัสตามองเห็นสิ่งที่เป็นสัจจะ เป็นวันที่ควรจะได้มีการเฉลิมฉลองกัน

การฉลองในพระศาสนานั้น ต้องเป็นไปในแง่ของการยกระดับจิตใจของเราให้สูงขึ้น ให้ประณีตขึ้น ให้สะอาดสว่างสงบบากขึ้น จึงจะถือว่าเป็นการฉลองที่ถูกต้อง เมื่อถึงวันพระหรือวันสำคัญในทางพระศาสนา เราควรจะได้มีการตั้งจิตอธิษฐานว่า จะคอยกำหนดจิตของเราไม่ให้ไหลออกไปในทางชั่วทางต่ำ คือไม่ให้คิดไปในทางกาม ไม่ให้คิดไปในทางพยาบาท ไม่ให้คิดไปในทางเบียดเบียนใคร ๆ มีการคอยควบคุมจิตใจไว้ให้มีสภาพรู้เท่ารู้ทัน ต่อสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้นจะเป็น รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อันใดมากระทบ ใจเราจะไม่หวั่นไหวโยกโคลงไปตามสิ่งที่มากระทบนั้น จะรักษาระดับจิตของเราไว้ให้อยู่ในสภาพที่เรียกว่าปกติ

เมื่อจิตผิดปกติก็เกินไปเพื่อความทุกข์ ดีใจมันก็เป็นทุกข์เหมือนกับเวลาที่เสียใจ การดีใจนั้นทุกข์ ปรากฏชัดภายหลัง แต่การเสียใจนั้นมันทุกข์ทันที มันมีสภาพอย่างนั้น จิตที่อยู่ในสภาพอย่างนั้นไม่ดี เราจึงต้องควบคุมจิตเราไว้

ในวันพระหรือวันสำคัญทางศาสนา เพื่อให้มีการควบคุมจิตเราก็ควรจะได้ตั้งใจรักษาอุโบสถศีล ยิ่งดี รักษาอยู่ที่บ้านก็ได้ รักษาอยู่ที่วัดก็ได้ รักษาอยู่ที่บ้านเราก็เก็บตัว ไม่รับแขกในวันนั้น ไม่โทรศัพท์ติดต่อกับใคร ใครจะโทรศัพท์มาก็สั่งเด็กบอกว่ามีอะไรให้สั่งไว้ วันนี้นั้นพระ คุณขอไม่รับสาย ขอหยุดเสียสักวันหนึ่ง หยุดความยุ่ง หยุดความรำคาญ หยุดความยินดี หยุดความยินร้าย ให้อยู่ในสภาพสงบ

ถ้าเรามีห้องเงียบ ๆ ในบ้าน เช่นว่า มีห้องพระ เราก็เข้าไปนั่งอยู่ในห้องพระ ไปนั่งสวดมนต์ก็ได้ นั่งเจริญภาวนา กำหนดลมหายใจเข้าออกก็ได้ หรือว่าอ่านหนังสือธรรมก็ได้ อยู่ในห้องนั้น คือว่าให้เป็นเรื่องศาสนา หรือเรื่องศีลธรรม ไม่ให้หนีไปในเรื่องธุรกิจการค้าขาย ไม่ติดต่อเรื่องนั้นเรื่องนี้กับใคร ๆ ให้ถือว่าเป็นวันหยุด ทุกคนเมื่อได้หยุดกันแล้ว ความวุ่นวายก็หยุดไปเหมือนกัน เพราะทุกคนได้หยุดจากความวุ่นวายมาอยู่ในความสงบ หยุดจากการก้าวไปสู่ความตกต่ำแห่งจิตใจ มาอยู่ในสภาพที่จิตใจเป็นปกติ อันนี้เป็นเรื่องที่เราควรจะได้ปฏิบัติ เราจะได้รับผลประโยชน์จากวันพระสำคัญ ในทางศาสนาโดยแน่นอน

ตรงข้าม ถ้าเราไม่ได้ปฏิบัติอะไร พอถึงวันสำคัญทางศาสนา เราก็เปลี่ยนไปเที่ยวบางแสน พัทยา หรือว่าไปตามชายทะเลที่ใดที่หนึ่ง อย่างนั้นมันไม่ได้ไปพักผ่อน แต่ว่าเป็นการไปเปลี่ยนอารมณ์

เปลี่ยนจากการอยู่ที่บ้าน ไปวุ่นวายกับชายหาดเพราะในสถานที่เหล่านั้นมันมีอารมณ์ที่จะทำให้จิตใจ กระเทือนกระเพื่อมขึ้นกระเพื่อมลงตามเรื่องที่มากกระทบ บางทีได้เห็นเรื่องดีใจก็ฟูขึ้น ถ้าเห็นเรื่องร้ายใจ ก็ฟูบ่แปลงไป อย่างนั้นไม่ใช่เป็นการพักผ่อนอย่างแท้จริง แต่เป็นการเปลี่ยนอารมณ์เท่านั้น เปลี่ยนสถานที่ เปลี่ยนบรรยากาศ ทำให้จิตใจของเราได้รับอะไรแปลกไปและขึ้นลงถี่รุ่มมาก ลั่นมาก หว้นไหว โยกโคลง แต่ถ้าเป็นการพักผ่อนจริง ๆ แล้ว ต้องมาอยู่ในที่สงบเงียบ แล้วก็คือไปในทางธรรม ทาง ศาสนา ใช้กัมมัฏฐานภาวนา หรืออะไรต่าง ๆ อย่างนี้จึงจะชื่อว่าเป็นการพักผ่อน ใช้วันพระวันสำคัญทาง ศาสนาให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริง

และในการเข้าพรรษาถ้าเรากระทำได้ในรูปอย่างนี้ ก็เรียกว่าบำรุงพระศาสนา เพราะการบำรุง พระศาสนานั้น ก็คือการสร้างคุณธรรมให้เกิดขึ้นในใจของเรานั้นเอง ถ้าเราได้สร้างคุณธรรมให้เกิดขึ้นใน ใจ ก็เรียกว่าเราบำรุงศาสนา ทำศาสนาให้เจริญงอกงามอยู่ในจิตใจของเรา

ความเจริญของพระศาสนาที่แท้จริงนั้น ก็คือความเจริญแห่งจิตใจคนนั่นเอง และจิตใจคนใน โลกที่จะเจริญนั้นก็ต้องอาศัยธรรมในทางพระศาสนาเป็นเครื่องหล่อเลี้ยง ไม่มีทางอื่น ถ้าเราเอา ศีลธรรมทางศาสนามาหล่อเลี้ยงจิตใจ จิตใจของเราก็จะเจริญอยู่ด้วยความสะอาด เจริญอยู่ด้วยความ สว่าง เจริญอยู่ด้วยความสงบ แต่ถ้าเราไม่ใช่ศีลธรรมในทางศาสนาเป็นเครื่องช่วยจิตใจเราก็ไม่เจริญ คือมันตกไปตามอำนาจของความโลภ ความโกรธ ความหลง ความริษยา พยาบาท วุ่นวายตลอดเวลา สับสนสร้างปัญหาให้แก่ชีวิต ก็เรียกว่าศาสนาไม่ได้อยู่ในใจ ไม่ได้เจริญอยู่ในจิตของเรา นี่เป็นเรื่องที่น่า คิด

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๒๑/๒๕๒๔

ถ ร ร ม วั ช ร ะ ที่ ๑ ๒

ผู้รักดี

ไผ่เจริญรอยอรุณ



ในวันมาฆะนี้ นึกได้ว่าเคยไปในที่แห่งหนึ่ง ก่อนเทศน์ยังไม่ถึงเวลา มีอุบาสิกา 2-3 คน ขยับมาใกล้ ๆ มาถามปัญหาว่า แหม! ทำอย่างไรดีหลวงพ่อ มันชี้โกรธเหลือเกิน? ก็ตอบว่า เราไปหัดเป็นคนชี้โกรธนี่ มันก็ต้องโกรธบ่อย ๆ ที่นี้มาหัดเสียใหม่ซิ หัดเป็นคนไม่โกรธ เขาก็บอกว่ามันโกรธมาเสียนานแล้ว จะหัดอย่างไร? ก็เลยบอกว่า ชื่อนี้ต้องคอยเตือนตัวเองไว้ เตือนตัวเองไว้เสมอ ๆ เตือนตนล้าทับตนก่อนที่จะไปเจออะไรเข้า ว่าวันนี้ฉันจะไม่โกรธใคร ฉันจะไม่ก่อความระคายคำราญให้แก่ใคร ๆ ฉันจะอยู่อย่างใจเย็น จะอยู่อย่างใจสงบ

เรื่องนี้ถ้าอยู่คนเดียว มันก็ไม่มีเรื่องให้โกรธหรือก คนเราจะโกรธ จะเกลียด จะรัก ต้องมีบุรุษที่ 2 เข้ามาเกี่ยวข้อง คือมีคนอื่นเข้ามาเกี่ยวข้องโดยมาก

ความเปลี่ยนแปลงของจิตนี้มักเกิดจากคน สิ่งทั้งหลายเกิดจากคน มักเกิดจากรูปของคน เสียงของคน กลิ่น รส อะไร ๆ ของคนทั้งนั้น ฉะนั้น พอใครเข้ามาหรือเราจะเข้าไปเกี่ยวข้องกับใครเราก็เตือนตัวเองว่า ใจเย็น ๆ อย่าไปวุ่นวามกับเขา อย่าไปโกรธอย่าไปเคืองเขา พุดกับใจตนเองว่า ใจเย็น ๆ ว่าไว้ก่อน ท่องคาถาไว้ “ใจเย็น-ใจเย็น ๆ “ อย่าไปขึ้นเสียงกับเขา เขากำลังร้อน ถ้าเราร้อนขึ้นอีกมันก็ไหม้กันใหญ่ เพราะฉะนั้นเย็น ๆ ไว้ อย่าไปร้อนเหมือนเขา อ้ายคนนั้นมันไม่ดี เขาทำร้ายใจตัวเองมันถึงร้อนเรามาคอยเตือนตัวเองในใจ แล้วก็นั่งเฉย ๆ ยิ้ม ๆ นี่แหละให้ไปทำบ่อย ๆ ทำบ่อย ๆ เข้ามันก็ดีขึ้น

ที่เราเป็นอะไรจนติดนิสัยเป็นเจ้าเรือนนั้น เพราะเราสะสมไว้นั่นเอง สะสมความโกรธ มันก็ได้ความโกรธเพิ่มขึ้น สะสมความเกลียด มันก็ได้ความเกลียดเพิ่มขึ้น สะสมความพยาบาท เราก็ได้ความพยาบาทเพิ่มขึ้น สดแล้วแต่ว่าสะสมอะไร สิ่งนั้นมันก็เข้ามาสถิตอยู่เป็นเรือนใจของเรา เพราะฉะนั้นสิ่งที่เรามี เราเป็นอยู่เป็นจรตนิสัยในปัจจุบันนี้เป็นเรื่องที่เรสะสมกันไว้ทั้งนั้น ถ้าเราปล่อย เราประมาท เราก็ไปสะสมสิ่งไม่ดี คือไปเก็บเอาของไม่ได้เรื่องมาไว้ เหมือนคนเดินทางเที่ยวเก็บขยะไป ของไม่ได้เรื่องทั้งนั้นเก็บเต็มไปหมด ไม่ได้เรื่องได้ราวอะไร นี่เรียกว่าไม่ได้ประโยชน์ แต่คนที่ฉลาดนั้นเขาเก็บเอาแต่เพชรพลอยของมีค่ามีราคาหาเก็บเอาไปไม่แห่ง ไปไม่ผู้ แบกเอาไปไม่ เขาสรรเอาแต่ทองไว้ เพราะมันมีค่ามากกว่าสิ่งเหล่านั้นฉันใด ในชีวิตจิตใจของเรานี้ก็เหมือนกัน เราก็ควรเก็บเฉพาะความสงบใจ ความสะอาด ความสว่างทางใจ อันเป็นคุณสมบัติของใจพระอรหันต์ สิ่งใดที่มันจะเป็นเรื่องทำให้เราอารมณ์ไม่ดี เราไม่เก็บสิ่งนั้น เราไม่สะสมสิ่งนั้น ซึ่งก่อนหน้านั้นเราทุกคน ๆ ล้วนไม่ได้มีสิ่งนั้นมาก่อน คนเราเกิดมาใหม่ ๆ นี่ยังไม่ปรากฏชัดอะไร ยังไม่มีความโกรธ ความเกลียดความพยาบาทอาฆาตจองเวรอะไรทั้งนั้นแหละ มันไม่มี เป็นคนอารมณ์ดีกันทั้งนั้นทุกคน

ให้ดูที่เด็ก ๆ ซิ พอเรายิ้ม เขาก็ยิ้ม ไม่มีฟันสักซี่ก็ยังยิ้ม เด็กน้อย ๆ พออายุสัก 2-3 เดือนก็ยิ้มแล้ว เห็นใครเขาก็มอง เราทำหน้าทำตา เขาก็ยิ้มกับเรา ใจเขาดี เขาไม่มีอารมณ์โกรธแม้แต่หน่อย ไม่มีอารมณ์อึดอัดขัดใจอะไรเลยแม้แต่หน่อย พอโตขึ้นสักหน่อยมีเรื่องขัดอกขัดใจ ชุ่นแค้นเรื่องอะไร ๆ ต่าง ๆ เกิดขึ้นในใจ นี่มันเป็นสิ่งลึกลับตามมามาที่หลัง แล้วเราไม่รู้เรื่องความจริงข้อนี้คือขาดสติปัญญา ขาดความเข้าใจในเรื่องสังคมคุณสมบัติของจิตนี้ ก็เลยนึกว่าโกรธ นิดีแล้วก็เลยโกรธ ทำอะไรโกรธเกลียดเขา พยาบาทเขาริษยาเขา ของเหล่านี้ล้วนแต่เรื่องไม่ดีทั้งนั้น เราไม่เอา อย่าไปสะสมไว้ในใจของเรา เราว่ามันไม่ได้ เอาออกไป แม้มันมีมาก่อน มีมานานสักปานใด เราก็สามารถเปลื้องออกจากใจได้แม้ชั่วครู่เดียว ต้องบอกกะใจว่า นี่ไม่ใช่ของติดมาก่อน ฉันเพิ่งสะสมไว้ด้วยความหลง ความเข้าใจผิด เพราะไม่รู้ไม่เข้าใจ ไม่ได้ฟังธรรม ไม่ได้อ่านหนังสือธรรมะ ไม่ได้อบรมบ่มตัวเอง ครั้นมาวัดได้ฟังธรรม รู้เรื่องนี้เข้าเกิดความลึกลับว่าหลงผิดเสียช้านาน เก็บไว้แต่เรื่องและเหตุทั้งนั้น นึกเห็นทุกข์เห็นโทษอย่างแท้จริง ไม่เอาละ ต่อไปฉันไม่เอาละ เรื่องอันใดที่เคยโกรธอย่างนี้ ฉันจะไม่โกรธใคร ไม่เกลียดใคร ไม่ใจร้อน ไม่ใจเร็ว เราก็คอยเตือนตัวเองไว้ จะไปหาใคร จะไปพบปะสมาคมกับผู้ใด ก็ต้องคอยเตือน ๆ ลึกลับความรู้สึกไว้ให้คอยสำรวจ ระวังไว้ นี่เป็นร่องรอยพระอรหันต์

สิ่งทั้งหลายมันเกิดเพราะเราไม่ระวัง ถ้าเราระวังแล้ว มันก็ไม่เกิด เช่น เราเดิน ถ้าเราเดินระวัง มันก็ไม่หกล้ม ไม่เหยียบแก้ว ไม่ถลัดกร่อง ไม่เกิดความเสียหาย แต่ถ้าเดินพรวดพราดขาดสติ ขาดสัมปชัญญะ ย่อมเกิดเรื่องบ่อย ลื่นบ้าง ล้มบ้าง เตะนั้น ชนนี้ วุ่นวายไปหมด นั่นเป็นเพราะขาดความระวัง

ใจนี้ถ้าไม่ระวังแล้วมันรักเรื่อย เกลียดเรื่อยตลอดทาง แล้วก็สะสมขึ้นมาเรื่องทั้งดีทั้งเสีย ดีมักจะน้อย แต่มักจะมีเรื่องเสียมากกว่าเพราะเราไม่ระวัง ฉะนั้น ต้องระวังไว้ให้ดี มาฝึกตามรอยนี้กันเถิด!

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๒๒/๒๕๒๕

ธรรมวัชระที่ ๑๓

ผู้รักดี

มีวิธีนึกคิดทำให้ไม่เป็นทุกข์

ก่อนอื่นเราต้องยอมรับว่า คนที่ไม่มีความทุกข์นั้นเขามีอารมณ์ขันไว้แก่ ทำให้มันเบาไป และเราไปเจออะไรเข้าเราก็ใช้ปัญญาพิจารณาทุกแง่ทุกมุม ทุกเรื่องทุกประการ ที่มันเกิดขึ้นในชีวิตของเรา

เช่นว่ากรณีของหายนี้ ถ้าเราใช้ปัญญาก็ไม่น่าจะกลุ้มใจ ใช้ปัญญาคิดดูว่า ของนี้เราได้มาตั้งแต่เมื่อใด มันอยู่กับเรากี่ปีแล้วราคามันเท่าไร แล้วเราใช้มันกี่ปีแล้ว คຸ້ມแล้วไหม ถ้าเราคิดราคาที่ใช้คຸ້ມแล้ว ในเมื่อมันหายไป จะเสียใจอะไร ก็ใช้มันมานานแล้วนี่ ลองคิดว่าเราใช้วันหนึ่งคิดค่าเสื่อมราคามูลงนั้นสักเท่าไร วันละบาท เท่านั้นก็คຸ້ມแล้ว เพราะใช้มานานแล้ว ยิ่งเพิ่มค่าวันละ 20 บาท 100 บาท มันก็ยิ่งคຸ້ມแล้ว แล้วมันหายไปเราจะเสียใจอะไร นี่แง่หนึ่ง

อีกแง่หนึ่งให้คิดว่าของนี้มันเพิ่งมา มันมาที่หลังเรา ไม่ได้มีมาก่อน มันมาที่หลัง เราได้ที่หลัง สิ่งที่เราได้ก่อนก็คือชีวิต ชีวิตร่างกายอันนี้ได้มาก่อนออกมาจากท้องแม่ เรามาตัวเปล่าล่อนจ้อนไม่มีอะไร ตัวเปล่าแท้ ๆ กำมือก็กำไปอย่างนั้นแหละ กำไปตามเรื่องแต่ไม่มีอะไรหอก กำแล้วแบออกมาไม่เห็นถืออะไรมาสักหน่อย ไม่มีอะไร มาตัวเปล่า แล้วเราก็เพิ่งทำมาหากินได้นั้นได้นี้ สิ่งนี้มันก็เกิดขึ้นแก่เราด้วยปัญญาสามารถของเรา แล้วมันก็อยู่ให้เราใช้ เดียวนี้มันไม่อยู่ให้เราใช้แล้ว เพราะว่ามีคนอื่นเอาไปใช้ ก็มันของกลางนี่นา ใครเขาจะเอาไปใช้ก็ได้ เรามันใช้นานแล้วนี่ ให้คนอื่นเขาเอาไปใช้บ้างช่างหัวมันเถอะ สบายใจ ไม่ต้องกลุ้มใจกับเรื่องนั้นต่อไป ถ้าใครเขาถามว่าของนั้นเสียตายไหม โอ้ย! จะเสียตายอะไร ก็มันไม่ใช่ของฉันนี่ ฉันยืมเขามาใช้ชั่วคราวชั่วคราวนี่ เมื่อของจะหายก็หายไปตามเรื่อง เวลาฉันตายฉันก็เอาไปไม่ได้เหมือนกัน คนก็ต้องแย่งกันต่อไป มันของกลางของโลกนี่ นี่ใช้ปัญญาแม้ขั้นต้น ๆ พิจารณาเรื่องของนั้นเราก็ไม่เป็นทุกข์ทางใจได้แล้ว

ในกรณีร่างกายเกิดมีเรื่องอุบัติเหตุ ขาหักไป เดินไม่สะดวกจำต้องถือไม้เท้า ต้องกระຍ່องกระຍ่งไปตามเรื่อง หากว่าเราเป็นอย่างนั้น ถ้านึกคิดให้ดีกว่าก็ยังเดินได้ ยังดีกว่าคนบางคนที่ไม่เดินไม่ได้ แล้วคนอายุรุ่นเดียวกับเรานี้เขาไปนานแล้ว บางคนย้ายไปอยู่วัดนานแล้ว ไปอยู่ป่าช้านานแล้ว นี่เรายังเดินได้ วันอาทิตย์ยังไปวัดฟังเทศน์ฟังธรรมได้ แล้วจะไปทุกข์ร้อนอะไร ยังเดินได้

ถ้าเดินไม่ได้ก็มีวิธีคิดไปอีกแง่หนึ่งว่า ก็เดินมาตั้งหลายปีแล้วนี่ นั่งเสียบ้างมันก็ดีเหมือนกัน คิดอย่างนั้นแล้วก็ไม่กลุ้มใจ เรานั่งเสียบ้าง หาเรื่องทำอะไรเวลาเรานั่ง ตอนเดินได้เราก็ทำเรื่องเดิน ถ้าเดินไม่ได้ก็หาเรื่องนั่งทำมื่อยังใช้ได้ก็ทำงานที่เกี่ยวกับเรื่องนั่งต่อไป มันก็มีอารมณ์สดชื่น ไม่โหยให้เสียอกเสียใจอะไร สบายดี

วันนั้นมีฝรั่งคนหนึ่งมาหา เดินไม่ได้นั่งรถเข็น ข้าตาก็บอด นั่งรถเข็นด้วยแล้วตาก็บอดด้วย ไม่ใช่คนธรรมดาณะ เป็นศาสตราจารย์ในมหาวิทยาลัยทีเดียว คนนี้แถมบอดนั่งรถเข็นด้วย ข้าก็ไม่ดี ลูกศิษย์ญี่ปุ่นขึ้นมา ว่ามาเที่ยวเมืองไทย ฝรั่งคนนี้นับถือพุทธศาสนา มากี่พาเดินชมวัด บอกว่าจะชมอะไร ไม่ต้องดูวัดหรอก มาคุยกับท่านเจ้าคุณก็แล้วกัน ได้คุยกันหน่อย ได้ถามว่าจะไปไหนต่อ จะไปอินเดียว่อย่างนั้น จะไปไหว้ที่สังเวชนียสถาน บอกว่าไปไหว้ก็ได้เรื่องอะไรหรอก ก็ไม่เห็นนี่ แก้วขอไปนั่งที่เขาเรียกว่าต้นโพธิ์ แล้วก็ไปนั่งสงบจิตสงบใจ หลับตานึกถึงภาพต้นโพธิ์ไปตามเรื่อง แล้วถามว่าเคยเห็นต้นโพธิ์หรือเปล่าก็ไม่เคยเห็น ไม่เคยเห็นแล้วนึกออกอย่างไร แก่ก็หัวเราะแหยะ ๆ ว่า ก็นึกไปอย่างนั้นแหละ แก่ก็คุยสนุกดี ร่าเริง แล้วแกถามว่าถึงเมืองกัลกัตตาจะพักที่ไหนดี บอกว่าพักโรงแรมใกล้สนามบินนี่มันสะดวกดี แล้วก็ค่อยไปเที่ยวในเมือง ไปหาสมาคมอะไรต่ออะไรที่เคยติดต่อ แก่ก็จากไปด้วยความร่าเริง ไม่ได้กลุ้มใจว่าต้องนั่งรถเข็น ตากก็ไม่เห็น แก่ก็ไม่เป็นทุกข์ แก่ก็นั่งมีใจอารมณ์แจ่มในหน้าตามีเลื่อมมีฝาก นี่แสดงว่าเขาได้ใช้ปัญญาแล้ว เป็นเครื่องพิจารณาในสิ่งเหล่านั้น ปลงตก พอใช้ปัญญาแล้วมันปลงตกไปมองเห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พอมองเห็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เราก็กสบายใจ

ที่เรายังกลุ้มอยู่นี่เพราะเรามองไม่เห็น ไม่เห็นว่ามันไม่เที่ยงจริง มันเป็นทุกข์จริง มันเป็นอึดตาจริง ยังมองไม่เห็น เมื่อมองไม่เห็นก็อย่างนั้นแหละ ยังไม่ปลง ปลงไม่ได้ เพราะยังไม่เห็น มันต้องเห็นด้วยปัญญา เมื่อเห็นด้วยปัญญาเราก็กปลงได้วางได้ ชีวิตก็ดีขึ้น

เราอยู่ในโลก ต้องต่อสู้กับปัญหาเรื่องอะไรร้อยแปด เราก็กต้องใช้ปัญญามาปลอดโยนจิตใจ นำเอามาพิจารณาในเรื่องนั้น ๆ ตามเรื่องตามราว ถ้าเราพิจารณาเองไม่ได้เพราะไม่มีความรู้พอ เราก็กต้องมาปรึกษากับผู้รู้ ขอคำแนะนำ ได้รับคำแนะนำแล้วต้องเอาไปใช้เป็นหลักในการวินิจฉัยพิจารณา เรื่องนั้น ๆ เราก็กจะพ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อนในชีวิตประจำวัน

วันนี้ก็เหมือนกัน ฝนตก ก็ให้ดีกว่าดีเหมือนกัน นึกว่ามันดีหลายอย่างฝนตกนี้ ต้นไม้สดชื่นใบเขียว แล้วก็ดี ไม่ต้องรดน้ำถ้าแล้งต้องรดกันใหญ่ แล้วหน้านี้รดน้ำเปลืองไฟฟ้า ต้องสูบน้ำขึ้นรดต้นไม้ นี่ไม่ต้องรดหย้าก็เขียว ดอกไม้ก็สดชื่น มองไปที่ไหนก็สบายตา ฝนตกมันดีอย่างนี้ ถ้าว่าฝนไม่ตกเราก็กต้องนึกตัวอย่างอื่นอีก คือในแง่ที่มันไม่เป็นทุกข์ คิดให้มันสบายไว้มันก็ดี จิตใจจะได้ไม่วุ่นวาย นี่คิดอย่างนี้

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๒๓/๒๕๒๕

ច រ រ ម វ័ ឌ រ ះ ព័ ១ ៤

ដ្ឋាន់កតិ

តាំខៃខេរិណ្ឌវ័យ ខេរិណ្ឌចររម

เวลาใดเราต้องนอนเจ็บไข้ได้ป่วย ก็อย่าไปทุกข์ร้อน อย่าไปตกอกตกใจ แต่ควรจะนึกว่ามันก็ดีเหมือนกัน ที่เราจะได้ทำบทเรียนสำหรับชีวิตในช่วงนี้ เพราะเวลาสบาย ๆ มันมันก็นึกไม่ค่อยได้

พระพุทธเจ้าท่านสอนให้นึก ทั้งเราก็สวดมนต์อยู่เป็นประจำถึงเรื่องแก่ เรื่องเจ็บ เรื่องตาย และเรื่องอะไร ๆ ไว้เราก็ไม่ค่อยนึก สบายแล้วมันลืมไป มันนึกไม่ค่อยออก แต่พอไปนอนให้เขาพยาบาลนั่นแหละ นับว่าถึงเวลาแล้วที่เราจะได้พิจารณาร่างกาย การพิจารณาร่างกายให้เห็นว่ามันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาอย่างไรตามที่เคยสวดนั้น ช่วยให้จิตใจสบาย ไม่ต้องกระวนกระวายเดือดร้อนกับความเจ็บไข้ได้ป่วย ไม่ต้องกระวนกระวายเดือดกับความไม่เจ็บไม่ใช่ แต่ถ้าว่าใจเราพลอยไม่สบาย ร่างกายมันหนักลงไป เป็นคนไข้ที่ใจไม่ดี หนักลงไปเรื่อย ๆ เขาจึงพูดว่ากำลังใจเป็นเรื่องสำคัญ

กำลังใจนั้นมันอยู่ที่ว่า เราปลงนั่นเอง อยู่ที่เราเข้าใจปลง เข้าใจพิจารณา เราไม่นึกไปว่าเราเป็นคนเจ็บที่สุดในโลก บางคนรู้สึกอย่างนั้นจริง ๆ ว่า แหม! เจ็บที่สุดในโลก เอาอะไรมาวัดก็ไม่รู้ นอนเจ็บอยู่คนเดียวจะไปเปรียบได้อย่างไร ว่าที่สุดในโลกมันเปรียบไม่ได้ ว่าไปอย่างนั้นแหละ คือไปนึกให้มันท้อแท้ อ่อนอกอ่อนใจไปเปล่า ๆ

เราไปนึกเช่นนั้นทำไม ให้มาเฝ้ามองเฝ้าฟัง พิจารณาไปว่ามันเจ็บตรงนั้น มันปวดตรงนี้ มันเป็นเรื่องธรรมดา เครื่องมันติดขัด ยังไม่สะดวก ก็ต้องเป็นบ้าง นอนพิจารณาไปเพลิดเพลินไป แล้วเราก็จะไม่เป็นทุกข์ในทางใจ ให้มันป่วยแต่เพียงร่างกาย อย่าให้ใจต้องไปป่วยด้วย บางคนป่วยหมดเลยทั้งกายทั้งใจ พอป่วยแล้วก็ขี้มไม่ออกเลย พูดอารมณ์ขันก็ไม่ได้ อย่างนี้มักหนักแหละ มันป่วยหนักอย่างนี้ หมอที่รักษาก็ว่า กำลังใจคนไข้แย่มาก

ฉะนั้น เมื่อดี ๆ อยู่เราต้องเตรียมไว้ เพื่อว่าวันหนึ่งมันจะเป็นอย่างนั้น เราจะไม่ต้องเป็นทุกข์เป็นร้อนกับเรื่องนั้นให้มันมากเกินไป ต้องปลุกปลอบจรรโลงใจให้ถูกแนวธรรม

การปลุกปลอบใจมันต้องคิดไว้ล่วงหน้าเหมือนกับเราจะขึ้นชมมวย ต้องซ้อมไว้ล่วงหน้า จะไปซ้อมเอาที่ข้างเวทีจะเริ่มชกมตรงนั้นมันไม่ทันหรอก พอขึ้นไปถึงเพื่อนก็นึกไม่ทันถึงยกเลย เพราะเราไม่ได้ฝึกไว้ก่อน เรามันต้องฝึกต้องซ้อม ความคิดก็ต้องซ้อม สติปัญญาก็ต้องซ้อม ซ้อม ๆ นึก ๆ สมมติไว้ว่าถ้าเราจะป่วยจะทำอย่างไร ถ้าเรานอนอยู่บนเตียงเราจะคิดอย่างไร เราจะนึกอย่างไร ถึงคราวจะได้มีความสงบใจ ไม่วุ่นวายเดือดร้อน ต้องคิดไว้ล่วงหน้าเตรียมตัวไว้

พระพุทธเจ้าสอนที่ว่าไม่ให้ประมาท ก็หมายความว่าให้เตรียมกาย เตรียมใจ ต้อนรับสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้นเมื่อใดเราก็ไม่รู้ เพราะชีวิตมันไม่เที่ยง มันอาจจะเกิดอะไรขึ้นเมื่อใดก็ได้ เพราะฉะนั้นเราจะต้องเตรียมกายเตรียมใจ เตรียมเงินเตรียมทอง เตรียมข้าวเตรียมของไว้ด้วย มันต้องเตรียมพร้อม คนไม่ประมาทต้องเตรียมพร้อม ว่าอะไรมันจะเป็นอะไรต่อไป จะต้องเตรียมไว้ เวลาเกิดเป็นขึ้นมาก็ไม่เดือดร้อน ไม่วุ่นวาย ไม่สร้างปัญหา เพราะทุกอย่างเป็นไปตามแผน

มีบางคนซื้อหีบศพมาวางไว้ข้างเตียงนอน และเตรียมไม้พินเอามากองไว้ ผ้าห่อศพก็มีพร้อมวางไว้ เป็นระเบียบเรียบร้อย ใครมาเห็นก็ว่า ทำไมแข่งตัวเองอย่างนี้ หาว่าแข่งตัวเอง คนเรามันมองไปอย่างนั้น คือไม่ได้คิดว่าที่ทำไว้อย่างนั้นเพื่อเตรียมตัวอย่างมีแผน และเตือนตนว่าใกล้แล้วที่จะย้ายไปอยู่บ้านเล็ก ๆ ใกล้แล้วที่จะขึ้นบนเชิงตะกอน แล้วเขาจะเอาไฟเผาสรีระร่างกายเป็นการเตือนไม่ให้ประมาท เวลาอะไรมันจะเกิดก็ไม่กังวล ไม่ห่วงใยแม้จะเจ็บป่วยก็สามารถนอนสบาย ๆ ไม่กระลักกระล่าย ไม่วิตกทุกข์ร้อน ไม่เหลือปัญหาอะไรไว้ให้กังวลในเรื่องใด นี่คือการเตรียมพร้อม

คนบางคนเมื่อแก่ชราแล้ว ทำพินัยกรรมไว้เรียบร้อย นี่คือการไม่ประมาท คนบางคนนึกหวาดว่าพินัยกรรมเหมือนกับแข่งตัวเอง แข่งไม่แข่งมันก็ต้องตายวันยังค่ำ ร่างกายของคนเรานี้ไม่ต้องแข่งเรื่องมัจจุรณา มันตายวันยังค่ำ การทำไว้นั้นมันดี ดิอย่างไร ลูกหลานจะได้ไม่ต้องทะเลาะกัน จะได้พอใจว่าคุณพ่อคุณแม่ให้เราเท่านี้ มันก็ไม่เกิดเป็นปัญหาอะไร ไม่ต้องไปขึ้นโรงขึ้นศาล ต้องให้ทนายมาว่าความ มันเรื่องอะไรที่เอาเงินไปเที่ยวแจกคนนั้นคนนี้ให้มันวุ่นวายไปเปล่า ๆ แล้วก็เป็นการลดเกียรติของตัวเอง พี่ ๆ น้อง ๆ ถ้าเป็นความกัน คนเขาก็ใจษกันดังไปทั่ว เดียวนี้หนังสือพิมพ์ชอบลงข่าวใครฟ้องใครแย่งมรดก ลงข่าวจั่วหน้าเลย คนก็รู้ รู้แล้วถ้าสมมติว่าเราจะไปเข้าหั้นเข้าส่วนกับใคร ทำการค้าขายร่วมวงไพบูลย์กับใคร เขาก็ไม่ไว้ใจ เขาสงสัยอยู่ในใจ สงสัยว่าในวงพี่ ๆ น้อง ๆ ไม่รักกันเลย เรามันคนอื่นแท้ ๆ เขาจะซื้อตรงต่อเราขนาดไหน จะรักเราขนาดไหน มันเสียหาย มันเสียเครดิตที่เราจะไปทำอะไร คนเขาไม่ไว้ใจ เพราะพี่น้องคลานตามกันมาแท้ ๆ ยังพูดกันไม่รู้เรื่อง แล้วเราถ้ามีปัญหาแล้วจะพูดรู้เรื่องกันได้อย่างไร เพราะไม่ใช่มีสัมพันธ์ทางสายโลหิต นี่มันเป็นปัญหา

เรื่องนี้สำคัญ คนที่มีสตางค์เมื่อรู้สึกว่าร่างกายมันชำรุดทรุดโทรมลงแล้ว เขียนใส่ตู้ไว้ ฝากเขาไว้ก็ได้ ฝากสำนักงานทนายความให้ช่วยจัดการด้วย เรื่องมันก็เรียบร้อย ไม่ต้องฟ้องร้องขึ้นโรงขึ้นศาล

แล้วก็ควรจะมีข้อแม้ไว้ว่า ถ้าทุกคนไม่มีความพอใจในพินัยกรรมนี้ แล้วเกิดฟ้องร้องยังโรงศาล ขอให้ผู้จัดการมรดกยกทรัพย์มรดกทั้งหมดให้แก่สภาภชาดเลย ลูกหลานจะไม่มีใครกล้าฟ้องเลย มันกลัวเขาจะยกให้โรงพยาบาลหมด แล้วมันจะฟ้องกันได้อย่างไร มันต้องเรียบร้อย เพราะเราเขียนไว้อย่างนั้น



นี่เรียกว่าผู้ใหญ่มากไม่ประมาณ ไม่ประมาณเพราะจัดการทุกอย่างเรียบร้อย ไม่ยุ่งไม่ยาก นี่มันดี นี่เราต้องพิจารณาตัวเรามองดูสังขารของตัวเอง ว่าเราอายุปุนนี้แล้ว ร่างกายก็เป็นอย่างนี้แล้ว ต้องเตรียมพร้อม แล้วไม่ประมาณในเรื่องอะไรต่าง ๆ

คนที่ทำงานทำการก็เหมือนกัน ถ้ารู้สึกตัวแก่ซี้หลังซี้ล้น ควรผ่อนเล็กได้แล้ว พักผ่อนสบาย ๆ หาความสุขทางใจตอนท้ายของชีวิต พักผ่อนเสียบ้าง แล้วก็หัดคนอื่นให้ทำงานแทนเราในขณะที่เรายังมีชีวิตอยู่ ทำเพียงเป็นที่ปรึกษา ควบคุมดูแลเขา มีอะไรบกพร่องจะได้สอนได้เตือนเขา ถ้าเราทำเองเสียจนกระทั่งหมดลมหายใจ ลูกเราทำงานไม่เป็น ที่นี้มันก็ยุ่งอีก เหมือนกับตั้งต้นใหม่ เราต้องฝึกสอนเขาไว้ทำงาน ลูกก็ทำงานเป็นทุกคน อย่างนี้เรียกว่าฉลาด

ทั้งหมดนี้ เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องว่า รู้เรื่องร่างกาย พิจารณาวามันไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์ มันเป็นอนัตตา และเราก็ได้พยายามที่จะใช้ปัญญาในเรื่องนี้ให้ตรงกับที่สวดมนต์ทุกวัน ชีวิตก็จะไม่ยุ่งยาก ไม่เสียหาย แม้เราจะอยู่ในโลก ก็เรียกว่าอยู่อย่างสดชื่น เพราะเรามองเห็นสิ่งทั้งหลายตามสภาพที่เป็นจริง ไม่ไปเพ้อว่ายึดมั่นถือมั่นในเรื่องใด

มีเงินมีทองอย่าให้เป็นทุกข์เพราะเงินเพราะทอง มีลูกมีหลานอย่าให้เป็นทุกข์เพราะลูกเพราะหลาน เราต้องรู้จักใช้เงิน รู้จักอยู่กับลูกกับหลาน รู้จักเกี่ยวข้องกับคนนั้นคนนี้ด้วยปัญญาเราก็ไม่มีความทุกข์ ไม่มีความเดือดร้อนใจ นี่เป็นหลักที่พระพุทธเจ้าท่านแนะแนวไว้ เราพึงเอามาใช้ในชีวิตประจำวันได้ แล้วเราจะเห็นผลด้วยตัวของเราเอง ว่าเมื่อเราได้ใช้ธรรมะแล้ว จิตใจสงบอย่างไร เป็นสุขอย่างไร รู้เท่าทันต่อสรรพสิ่งทั้งหลายอย่างไร รู้ได้เอง ผลนั้นปรากฏแก่ผู้ปฏิบัติ เป็น “สันติภูมิ” ผู้ศึกษาและปฏิบัติพึงรู้ได้ด้วยตนเอง” ตรงตามบทที่เราสวดจริง ๆ

\* จาก “เสียงปลุก” ฉบับที่ ๒๔/๒๕๒๕

## ... ยิ่งให้ ยิ่งได้ ...

.....ในทางพระศาสนา ท่านสอนว่าให้เราอยู่เพื่อทำให้คนอื่นสบาย มีอะไรที่เราจะช่วยให้คนอื่นสบายใจได้เราควรจะทำ เพราะการช่วยให้คนอื่นสบายนั้น ก็คือการช่วยตัวของเราให้สบายไปด้วยในตัวตนอาศัยกันอยู่อย่างนี้ เพราะฉะนั้น คนบางคนจึงชอบบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น เท่าที่เขาสามารถจะช่วยให้

ที่เบตงมีเจ้าแกล่คนหนึ่ง เขาเรียกกันว่า “เจ้าแกล่ลัม” แกล่เหมือนกับพระเวสสันดรของเบตง ตื่นเข้ามานั่งหน้าบ้าน ใครผ่านมาก็เรียกมาแจกสตางค์ คนละ 5 บาท คนละ 10 บาท ถ้าแกล่ไปนั่งกินกาแฟที่ร้านไหนคนที่ไปนั่งกินอยู่ก่อนก็สบายใจ เจ้าแกล่ลัมแจกจ่ายหมด กาแฟที่ใครไปกินก็คนพร้อมกับแกล่แจกจ่ายหมด แกล่อยู่อย่างนั้นตลอดเวลา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่คนทั่วไป แกล่มีสวนยาง มีทรัพย์สินสมบัติ แต่ว่าไม่มีใครรังแก ขก.ก็ไม่รังแก พุโลก็ไม่มีรังแกเจ้าแกล่คนนี้ สวนของแกล่ไม่ถูกบีบคั้น ไม่ถูกทำอันตรายอะไรเป็นเครื่องป้องกันไว้....ก็น้ำใจที่มีความดีงามเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ แก่หว่านไว้เรื่อย คนทั้งหลายก็ชมเชยว่าเป็นคนดี

คนเรานี้ ถ้าเป็นคนดีแล้วไม่มีคนเบียดเบียน แต่ถ้าชั่วแล้วแม้ไม่มีคนเบียดเบียน ตัวก็เบียดเบียนตัวเอง สร้างความทุกข์ให้แก่ตัวเองอยู่ตลอดเวลา เวลานี้เจ้าแกล่ก็ยังอยู่หรือเปล่าก็ไม่ทราบ มันหลายปีแล้ว แกล่เป็นคนมีปกติเป็นอย่างนั้น ถ้าเราไปคุยกับแกล่ ดูหน้าตาแกล่ผ่องใส ใจดีใจงาม ไม่เคยพูดเรื่องร้ายของใคร ไม่วิพากษ์วิจารณ์ใครในทางเสียหาย แต่พูดเรื่องดีทั้งนั้น นายอำเภอคนนี้ดี ผู้กำกับคนนี้ก็ดี ดีทุกคน ข้าราชการที่อยู่เบตงนี้เจ้าแกล่ดีกว่าดีทุกคนแหละ แต่ว่าคนอื่นอาจจะว่าไม่ดีก็ได้ แต่แกล่ดีกว่าดีทั้งนั้นใครมา แกล่ดีกว่าดีทั้งนั้นไม่มีเสีย แกล่มองคนในแง่ดี พูดแต่เรื่องดี แกล่ก็มีแต่ความสบายใจ

เช้า ๆ แกล่ต้องออกมานั่งหน้าบ้านทุกวัน ใครผ่านไปผ่านมาก็เรียกมา “ไปไหน ไปตลาดหรือ เอาสตางค์ไปซื้อของ” แจกให้ 3 บาท 2 บาท แกล่ก็แจกของแกล่เรื่อย ๆ ไป แกล่ให้

*ยิ่งให้ แกล่ยิ่งได้ คือได้ความนิยมชมชอบ ได้ความสุขใจ.....*

\* จากปาฐกถาธรรม วันอาทิตย์ที่ ๖ พฤศจิกายน ๒๕๒๖

## ... โอน อ่อน ผ่อน ตาม ...

.....ในสมัยเด็ก ๆ อ่านหนังสือแบบเรียนเร็วเล่มหนึ่ง มันมีเรื่องสอนใจ.....เฟื่องกับแพงสองพี่น้อง บ้านอยู่ใกล้ป่า วันหนึ่งสองพี่น้องชวนกันเที่ยวป่า เมื่อไปเที่ยวได้พักหนึ่งก็เกิดลมฝนตกลงมาหนัก เฟื่องพี่ชายก็จูงน้องชายไปแอบอยู่ที่หน้าผา ซึ่งมีหินชะง่อนออกมา มันคงดี ฝนก็ไม่เปียก น้องกลัวตัวลั่น เพราะเห็นลมแรง พายุแรง ก็มีความกลัว

พี่ชายก็ปลอบโยนน้องว่า “น้องไม่ต้องกลัว อันนี้มันเป็นปรากฏการณ์ของธรรมชาติ และถ้าฝนตกแรงลมแรงอย่างนี้ ไม่เท่าใดมันก็หยุด เมื่อหยุดแล้วเราก็กลับบ้านได้ ไม่ต้องเดือดร้อนอะไร” น้องพักกันอยู่ในที่นั้นต่อไปไม่เท่าใดฝนก็สรงซา พอฝนซาแล้วก็เดินกลับบ้าน เวลาเดินกลับบ้าน เจ้าพี่เห็นว่าควรจะสอนน้องได้ก็เลยสอนน้องว่า “น้องดูสิ ต้นไม้ใหญ่ เช่น ไม้ยาง ไม้กร่าง ไม้มะค่า ไม้ตะเคียน ไม้เต็ง ไม้รัง พวกไม้เนื้อแข็ง ลมพัดมันแข็ง มันยืนสู้ลม พอยืนสู้ลม ลมมันแรงมากสู้ไม่ไหว ล้มเอารากขึ้นเลย เรียกว่าล้มกันเป็นแถวเลยทีเดียว แต่ว่าพวกพวงอ้อกอแขม หล้าที่เขาเอามาทำไม้กวาด พวกนั้นล่ะ พอลมมามันอ่อนลู่ไปตามลมสายลม พอลมสงบแล้วมันก็ตั้งตัวตรงต่อไป ยืนอึดต่อไป”

อันนี้มันเป็นบทเรียนสอนน้องว่า ไ้อ้ของที่แข็งนี้ไม่ดี กระด้างนี้ไม่ดี ดื้อไม่ดี ต้นไม้คนเดียวก็ไม่ได้ ดังนั้น มันอยู่ที่รู้จักอ่อนน้อม รู้จักถ่อมตน เวลาใดควรอ่อนก็อ่อน อย่าไปแข็งไว้โอน อ่อน ผ่อน ตาม

โอน คือย้ายตัวจากชั่วไปได้ โอนย้ายไป เราเคยชั่วโอนไปหาความดีเสียได้ ไม่ต้องทำชั่วต่อไป นี่เรียกว่าโอน โอนไปแล้วเราก็ต้องอ่อนตามสิ่งแวดล้อม อย่าไปยืนแข็งอยู่ อย่าไปวางโตอยู่ อย่างนี้กว่าจะเก่งอยู่ตลอดเวลา เราอยู่ในโลกนี้อย่าเก่งคนเดียว ให้คนอื่นเก่งบ้าง ผลัดกันเก่ง แล้วมีเรื่องอะไรบางคราวมันก็ต้องอ่อนไปบ้าง อย่าไปแข็งตึงตังอยู่ตลอดเวลา ผ่อนตามไป โดยเชือกไป ให้มันไปก่อนจนสุดเชือก แล้วค่อย ๆ ดึงกลับมาจะดีกว่า เขาเรียกว่า โอน อ่อน ผ่อน ตาม ตามสิ่งที่ควรจะตามไป เรื่องมันก็จะไม่เสียหาย คนเรามันต้องรู้จักผ่อนผัน ลื่นยาวแล้วดี แต่ไม่รู้จักผ่อนไม่รู้จักลื่นไม่รู้จักยาว ใช้อันเดียวตลอดเวลา มันก็ไม่ได้ มีลูกไม้ลูกเดียว คือว่าแข็งตลอดเวลา มันก็ไม่ได้ ต้องดูกาลเทศะ ดูบุคคล ดูเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าอะไรเกิดขึ้น ก็ต้องเปลี่ยนแปลงไปได้ตามยุคตามสมัย.....

\* จากปารุทธาธรรม วันอาทิตย์ที่ ๒๔ เมษายน ๒๕๒๖

## ... ผู้ชนะ ...

.....เราทั้งหลายที่ได้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบมาตลอดเวลา 3 เดือน ในฤดูกาลเข้าพรรษา ตั้งใจที่จะ “ละ” อะไร ก็ละได้แล้ว ตั้งใจที่จะประพฤติปฏิบัติในสิ่งใด ก็ได้ประพฤติปฏิบัติในสิ่งนั้นอยู่แล้ว เมื่อถึงวันออกพรรษา เราก็อย่อกออกจากสิ่งนั้น อย่อกออกจากความดี อย่อกหนีออกไปจากพระ แต่ต้องอยู่กับความดีต่อไป พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า

“ชิตัญจะ รักเข อะนิเวสะโน ลียา”

เมื่อชนะแล้ว ให้รักษาความชนะนั้นไว้

เราชนะสิ่งใดแล้ว พึงรักษาความชนะนั้นไว้ ชนะความชั่วด้วยกำลังใจที่ประกอบด้วยธรรมะได้แล้ว เราก็ไม่ควรจะกลับไปแพ้สิ่งนั้นอีกต่อไป เพราะว่าคนเรามีอยู่ไม่ใช่น้อย ที่เมื่อชนะแล้วก็กลับไปแพ้ อีก แพ้ก็แพ้แพ้นักมาก เช่น คนเลิกสูบบุหรี่ได้แล้วกลับไปสูบบุหรี่อีก ก็สูบก้นใหญ่เลยทีเดียว ไม่สามารถเอาชนะมันได้อีกต่อไป คนเคยเลิกดื่มเหล้าแล้วชั่วระยะหนึ่ง แล้วต่อมาก็กลับไปดื่มอีกก็กลับไปพ่ายแพ้สิ่งนั้นต่อไป ไม่สามารถจะเอาชนะ คนเลิกเล่นการพนันแล้ว ไปเยี่ยมบ่อน เพื่อนฝูงชักชวนให้เล่นการพนันอีก ก็เลยเล่นการพนัน แพ้นักเข้าไป สิ่งใดที่เป็นเรื่องไม่ดี ถ้าเราเอาชนะมันได้แล้ว เราก็ต้องชนะมันตลอดไป แข็งใจไว้ บังคับตัวเองไว้ อดทนไว้ เสียสละสิ่งนั้นออกไปจากจิตใจ ไม่เอามาไว้ในใจของเราต่อไป เราจะได้รับชัยชนะอย่างถาวร

พระพุทธศาสนาของเรานั้น สรรเสริญความชนะ ไม่สรรเสริญความพ่ายแพ้ พระพุทธเจ้าได้พระนามหนึ่งว่า “ชนะพุทธะ” หรือ “ชนะมาร” ชนะพุทธะ แปลว่า พระพุทธเจ้าผู้ชนะ, ชนะมาร แปลว่า พระพุทธเจ้าผู้ชนะมาร ไม่พ่ายแพ้แก่พญามารต่อไป พระองค์ได้ต่อสู้กับมารที่ได้ตันโพธิ์ เอาชนะมารทั้งหลายได้แล้ว ก็ไม่กลับไปแพ้ตลอดพระชนมชีพ เป็นผู้ชนะอย่างมั่นคงถาวร เราจึงเรียกว่า “ชนะพุทธะ” พระพุทธ ผู้ชนะมารทั้งหลายทั้งปวงได้

เราเป็นศิษย์ของพระพุทธเจ้า ก็ต้องทำตนให้เป็นผู้ชนะ อย่าทำตนให้เป็นผู้พ่ายแพ้แก่สิ่งใดสิ่งหนึ่ง สิ่งใดที่ไม่ดี ไม่ถูกต้องเคยเกิด เคยมีขึ้นในใจเรา เราก็ต่อสู้กับมันด้วยสติ ด้วยปัญญา เราชนะมันได้หยุดได้ ยังได้แล้ว ถ้าเรากลับไปแพ้มันอีกก็จะแพ้เป็นการใหญ่ เอาตัวไม่รอด.....

\* จากปาฐกถาธรรม วันอาทิตย์ที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๒๗

# ผู้รักดี มีความสุข

พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ)

ISBN : 974 – 7276 – 23 -2

ดำเนินการจัดพิมพ์โดย : ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม

ท่านที่เห็นคุณค่าของหนังสือเล่มนี้ ประสงค์จัดพิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน

โปรดติดต่อที่ : ธรรมสภา

๑/๔-๕ ถ.บรมราชชนนี เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๗๐

โทรศัพท์ (๐๒) ๔๔๑๑๕๓๕, ๘๘๘๗๙๔๐ โทรสาร (๐๒) ๔๔๑๑๕๑๗

*การให้ธรรมะชนะการให้ทั้งปวง*

*การรับธรรมะและนำไปปฏิบัติย่อมชนะการรับทั้งปวงเช่นกัน*

